نگاه حرام در اسلام

تألیف:
مولانا محمد هاشم مظاهری

ترجمه:
عبیدالله ملازهی


سنی بوک
www.SunniBook.net

فهرست

سرآغاز

بسم الله الرحمن الرحیم

ای نام تـو بهتـرین سـرآغاز
بی‌نام تو نامه کـی کـنم بـاز

الحمد لله وکفى وسلام على عباده الذین اصطفى

پیامبر گرامی اسلام ρ فرموده است: «النِّسَاءُ حَبَائِلُ الشَّيْطَانِ» یعنی شیطان با استفاده از ابزارهای جنسی و میلان طبیعی و فطری که در وجود زن و مرد به ودیعت نهاده شده است، اکثر انسان‌ها را در دام فحشا و منکرات می‌افکند و در آخر هم آنها را به بی‌بندوباری و بی‌دینی مبتلا می‌کند، می‌خواهم در اینجا به نکته دیگری اشاره کنم، و آن این که شیطان فقط تاکنون توانسته است با آرایش و پیرایش وسوسه‌های خود را به قلب انسان‌ها تزریق نماید، اما خداوند این تزویر و تزیین و نیرنگ‌های شیطان را ضعیف معرفی نموده است، این است که می‌فرماید: ﴿إِنَّ كَيۡدَ ٱلشَّيۡطَٰنِ كَانَ ضَعِيفًا ٧٦﴾.

ولی امروز انسان‌های شیطان‌صفت که به شیطان هـم درس چـالاکی و شـیادی می‌دهند، توانسته اند با ابزار گوناگون زنان و مردان را بازیچه دست خود ساخته و به لجنزارهای فتنه و فساد سوق دهند، از زنـان جامعـه کـه در هـر زمـان نمـادی از عفت ناموس و شرافت بوده اند، یک عروسک خیابانی ساخته و در هـر کوچـه و پس‌کوچه‌ای آنها را به نمـایش مـی‌گذارنـد، امـروزه ایـن نماینـدگان شـیطان کـه ریاست آن را غربیان به دست دارند با سرپوش بی‌نظیر مساوات انسانی و با نیرنگ «حقوق زنان» همه فحشا و بی‌حیایی را در جامعه انسانی به ارمغان آورده اند، آنهـا فکر می‌کنند حق زن تنها با چادرنداشتن و رقصیدن در محافل مردان و صیدکردن دل‌های جوانان در پارک‌ها و تفریح‌گاه‌ها امکان‌پذیر اسـت، گـویی سـلب‌کـردن حیا، عفت، شرافت، دین و ایمان زن یگانه راه‌رسدین زن به حق او است.

امروزه جهان کفر با تمام ابزارهای خود سعی دارد با ایجاد بی‌عفتی و فحشا در جوامع بشری و به ویژه در جامعه اسلامی توانمندی روحی و معنـوی مسـلمانان را

خنثی نموده و تسلط خویش را برآنها رقم بزنند. منازل، مغازه‌ها، رستوران‌ها، هتل‌ها، دیوارهای ساختمان‌ها مهم‌تر از آن رسانه‌های تصویری اعم از تلویزیون، سینما، ویدئوها و ماهواره‌ها بهترین مکان‌های مناسب برای نمایش‌دادن زنان، این سنبل شرافت و نماد عفت و ناموس می‌باشند.

بدیهی است اولین پله نردبان فحشا از چشم‌چرانی و نگریستن به محاسن زن نامحرم آغاز می گردد، بدین خاطر سنت مملو از ارشاداتی راجع به حفظ و نگهداری از چشم می‌باشد، قرآنکریم به این موضوع تا جائی اهمیت داده که به مردان و زنان یکسان امر کرده است، تا چشمان خود را فرو اندازد و حیای خود را حفظ نمایند، نمی‌خواهم در این موضوع بیشتر قلم‌فرسای کنم چون مؤلف محترم همه گوشه‌های موضوع را مورد بحث قرار داده است، امیدوارم خداوند به فضل خود این نوشتار را وسیله‌ای برای حفظ عفت و شرافت مسلمانان قرار داده و آن را سپری در مقابل حمله های دشمنان اسلام قرار دهد، کتاب حاضر که در این موضوع نوشته شده است دارای ویژگی‌های خاصی است، و آن این که مؤلف در قلب اروپا و جامعه‌ای که بی‌حجابی و بی‌عفتی لازمه تمدن آن است، این کتاب را نوشته است. بدین خاطر احساسات حاد ایشان در صفحات کتاب جابجا مشاهده می‌شود. خداوند تعالی برادر مولانا عبیدالله ملازهی را مورد عنایت‌های خویش قرار دهد که فرصت گرانبهای خود را صرف ترجمه این کتاب نمود تا برادران دینی بتوانند از آن استفاده کامل ببرند.

والسلام علیکم ورحمة الله وبرکاته.

حفیظ الله ملازهی

حوزه علمیه تعلیم القرآن شورشادی کورین زاهدان (19 محرم 1422).

پیشگفتار

به قلم حکیم محمد اختر:

بسم الله الرحمن الرحیم

نحمده ونصلي على رسوله الكريم:

در عصر حاضر برای صاحبان دین و تقوٰا و تمام سالکان، فتنه؟ (بچه‌های بی‌ریش) بزرگتر از فتنه زنها است. با این حال چون در این فتنه موانعی که شاید در مورد زنان به چشم بخورد کمتر دیده می‌شود، شیطان می‌تواند نفس انسانی را هرچه سریعتر به آن مبتلا نماید، تا این که آنها را ناآگاهانه به ورطه چشم‌چرانی به زنان بیگانه می‌کشاند. مولانا اشر ف علی تحانوی در این مورد می‌فرماید:

1- هر نوع ارتباط نامشروع با زن یا بچه نامحرم، از قبیل نگاه‌کردن، صحبت‌کردن، خلوت‌کردن یا به خاطر خوش‌کردن او لباس خود را آراستن، و یا به خاطر از نرم‌کردن صدا و...، در واقع‌زشتی‌های زیادی به دنبال دارد و مسبب مصائب بیشماری می‌شود که در قید تحریر نمی‌گنجد.

2- عشق مجازی یک عذاب الهی است (همانگونه که در دوزخ انسان بین موت و حیات معلق است) همچنان انسان پس از چشم‌چرانی‌های متعدد به عشق مجازی مبتلا می‌شود. و حتی از خواب و آرامش محروم می‌شود، و زمینه تباهی دین و دنیا را فراهم نموده در آخر به بیمارستان دیوانه‌ها کشانده می‌شود، امروز 90 درصد بیمارهای روانی در دیوانه‌خانه‌ها به علت همین عشق مجازی به سر می‌برند که پس از تماشای فیلم‌های مبتذل در سینماها، ویدئوها و تلویزیون‌ها و خواندن رمان‌ها و کتاب‌های عشقی دیوانه شده و تعادل روانی‌شان را از دست داده اند.

3- اگر (خدای نخواسته) این چشم‌چرانی منجر به عشق و سپس منجر به ارتکاب فحشا باشد، آنگاه هردو طرف برای همیشه در ذلت به سر می‌برند (و باهم دیگر روبرو نخواهند شد). همانگونه که یک پدر دوست دارد فرزندش باعزت زندگی کند و ذلت فحشا بر دوش او نباشد، خداوند منان نیز دوست ندارد بنده او به علت عمل رسواکننده‌ای ذلیل باشد، باید باتقوا باشد و یک زندگی آبرومندانه‌ای داشته باشد، به حلال اکتفا نموده و از حرام اجتناب نماید. هرگاه

صاحبان دنیا با لذت‌های دنیا چشم‌شان را خنک کنند، بندگان خاص الله با عبادت و بندگی او لطف اندوز باشند، این لذت در واقع لذت دائمی و بی‌آلایش است، لذت‌های اهل دنیا همراه با هزاران گرفتاری و مصیبت است و فانی است.. این زیبای چندروزه انسان را بسان دیوانه می‌کند، اما پس از چند روزی چهره‌ها تغییر کرده و در دوران پیری این چهره زیبای یک منظره عجیبی به خود می‌گیرد. این بیماری پرخطر بسیاری از جوانان را در دام هلاکت گرفتار نموده است، قرانکریم در ذیل آیه‌ای که در مورد حفظ حجاب نازل شده است می‌فرماید: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرٌۢ بِمَا يَصۡنَعُونَ ۝٣٠﴾ (در این آیه از چشم‌چرانی یا واژه صنعت تعبیر می‌کند، شاید به خاطر این باشد که انسان پس از نگاه‌کردن به زن نامحرم آرمان‌ها و خیال‌های زیادی در ذهن خود ترسیم می‌کند. خداوند با این تعبیر به همان آرزوها و خیال‌ها اشاره می‌کند، چنانچه علامه محمود در تفسیر «روح المعانی» ذیل این آیه چهار صورت بیان می‌فرماید: 1- باحاله المنظر، چشم‌چرانی. 2- (باستعمال سائر الجوارح) یعنی استفاده از سایر اعضا و حواس و لذت‌گرفتن با آنها مانند حواس باصره، سامعه، ذائقه، لامسه و شامه. 3- (بتحریک الجوارح) خداوند از حرکات همه اعضاء باخبر است، زمانی که شخص به خاطر نیل به هدف خود همه اعضای خود را به کار می‌برد. 4- (بما یقصدون بذلک) از آنچه قصد و تصمیم‌گیری می‌کند، نیز خداوند باخبر است. هدف از بیان اطلاع خداوند اینست که خداوند چنین افرادی را مهمل نخواهد گذاشت، بلکه آنها را تعقیب و مجازات خواهد کرد. من با بسیاری از کسانی که به این بیماری مبتلا بوده اند ملاقات داشته‌ام، همه آنان اعتراف دارند که زندگی ما بسیار ناگوار سپری می‌شود، خواب و آرامش از دست رفته، آرزوی مرگ داریم، گاهی می‌خواهیم دست به خودکشی بزنیم، صحت و تندرستی ما از دست رفته است، ترس و وحشت قلب‌های ما را فرا گرفته، قلب و روان ما رو به ضعف و سستی نهاده است و برای هیچ کاری ذوق و اشتیاق نداریم، در واقع اینها خود یکی از کیفرهای این عمل ناروا است که در دنیا به انسان می‌رسد. کتاب حاضر توسط مولانا محمد هاشم بن حسن مظاهری تألیف شده است، بنده بعضی موارد آن را مطالعه نمودم، و بنا به درخواست ایشان

سطور بالا را تحریر نمودم، امیدوارم خداوند منان کتاب را مداوایی برای این بیماری قرار داده و این مقدمه کوتاه را همراه با کتاب مورد قبول درگاه خویش قرار دهد، و آن را برای همه مسلمانان مفید قرار دهد.

محمد اختر عفا الله عنه

14 صفر المظفر 1409 همق

خانقاه گلشن اقبال 2 کراچی

مقدمه

به قلم مولانا مفتی اسماعیل

(نحمده ونصلي على رسوله الكريم)

احسان و انعام خداوند سبحان بر این انسان خاکی بی‌شمار است، و اگر کسی بخواهد آنها را محاسبه کند، هرگز نخواهد توانست. همانگونه که قرآنکریم می‌فرماید: ﴿وَإِن تَعُدُّواْ نِعۡمَتَ ٱللَّهِ لَا تُحۡصُوهَآ﴾ «ابراهیم/34» (و اگر نعمت های خدا را شماره کنید، هرگز نمی توانید آنها را به شماره آورید)

می‌بینیم که خداوند میان این چشم را چگونه نرم و نازک آفریده و چه فوایدی را در آن به ودیعت گذاشته است، هرکس می‌داند که اگر انسان از چشم محروم شود، گوئی از همهٔ دنیا محروم شده است. با این حال کسانی که از این نعمت الهی استفاده بهینه می‌برند و از آن به نحو احسن استعمال نموده و شکر الهی را به جا می‌آورند، و برای حفظ نگاه می کوشند، بسیار اندک هستند، در قرآنکریم موارد زیادی برای استفاده بهینه از چشم بیان شده است. چنانچه در یک آیه می‌فرماید: ﴿أَفَلَا يَنظُرُونَ إِلَى ٱلۡإِبِلِ كَيۡفَ خُلِقَتۡ ١٧﴾ «الغاشیه/17» (آیا با تأمل به شتر نمی نگرند که چگونه آفریده شده؟)

و در آیهٔ دیگری به نگاه عبرت رهنمایی می کند: ﴿قُلۡ سِيرُواْ فِي ٱلۡأَرۡضِ فَٱنظُرُواْ كَيۡفَ كَانَ عَٰقِبَةُ ٱلۡمُجۡرِمِينَ ٦٩﴾«النمل/69» (بگو: در زمین بگردید پس با تأمل بنگرید که سرانجام گنهکاران چگونه بود؟)

و در جای دیگر راجع به حفظ نگاه از موارد استعمال نادرست می‌فرماید: ﴿قُل لِّلۡمُؤۡمِنِينَ يَغُضُّواْ مِنۡ أَبۡصَٰرِهِمۡ وَيَحۡفَظُواْ فُرُوجَهُمۡ﴾ «النور/30» (به مردان مؤمن بگو: چشمان خود را [از آنچه حرام است مانند دیدن زنان نامحرم و عورت دیگران] فرو بندند، و شرمگاه خود را حفظ کنند).

و در خصوص زنان نیز می‌فرماید: ﴿وَقُل لِّلۡمُؤۡمِنَٰتِ يَغۡضُضۡنَ مِنۡ أَبۡصَٰرِهِنَّ..﴾ «النور/31» (به زنان باایمان بگو: چشمان خود را از آنچه حرام است فرو بندند، و شرمگاه خود را حفظ کنند،)

گاهی هم امتنان به این نعمت بزرگ بیان می‌شود و به عنوان مثال می‌فرماید:

﴿وَجَعَلَ لَكُمُ ٱلسَّمۡعَ وَٱلۡأَبۡصَـٰرَ...﴾«السجده/9» (و برای شما گوش و چشم آفرید ..)و در جای دیگر محاسب‌هایی که در مورد چشم می‌شود چنین بیان شده است: ﴿إِنَّ ٱلسَّمۡعَ وَٱلۡبَصَرَ وَٱلۡفُؤَادَ كُلُّ أُوْلَـٰٓئِكَ كَانَ عَنۡهُ مَسۡـُٔولاً ﴿٣٦﴾﴾.«الاسراء/36» (زیرا گوش و چشم و دل [که ابزار علم و شناخت واقعی اند] موردِ بازخواست اند).

کوتاه سخن این که خداوند منان این نعمت عظیم را بدون قیمت به ما عنایت فرموده است، پس سپاس او را به جا می‌آوریم، ولی متأسفانه به آن خیانت نموده و از آن در موارد نادرست استفاده می‌کنیم. مصیبت اینجاست که این خیانت را کسی خیانت نمی‌داند، زیرا بی‌حجابی به طور کلی و فراگیر رواج یافته است، به ویژه در کشوری چون انگلستان که مؤلف محترم در آن سکونت دارد، در گذشته مردم چشم‌چرانی را کرداری زشت و مهلک می‌دانستند، اما امروزه کسی آن را یک گناه معمولی به حساب نمی‌آورد، به راستی که در این عصر فتنه و آشوب تألیف چنین کتابی بسیار ضروری است که پیرامون همین موضوع در چهارچوب کتاب و سنت و در پرتو گفتارهای مشایخ و بزرگان وعده و وعیدهایی بیان شود که موجب امتناع مسلمانان از این گناه عظیم گردد. دوست عزیزم مولانا هاشم قابل تقدیر و تشکر می‌باشد که در این موضوع قلم‌فرسایی نمودند. خداوند این کتاب را مورد قبول خویش قرار داده و به مؤلف محترم هم پاداش نیک عنایت فرماید، بنده با مؤلف محترم از زمان تحصیل دوست و آشنا هستم، هم در حوزۀ علمیه گجرات و هم در حوزه علمیه مظاهر العلوم سهارنپور زمانی که برای تحصیلات عالی به آنجا رفتم آن جناب در زمان تحصیل نیز فردی بسیار باتقوی و پرهیزگار بودند، در مجالس تبلیغ شرکت می‌فرمودند، و با بزرگان و مشایخ کرام ارتباط داشتند و به ذکر و اوراد بسیار پای‌بند بودند، پس از این که از حوزۀ علمیه مظاهر العلوم فارغ التحصیل شدند، شروع به حفظ قرآن مجید نمودند، و این نعمت عظیم را نیز حاصل نمودند، سپس در منطقۀ خود در حوزۀ علمیۀ فرقانیه به خدمت مشغول شدند، سپس در اواخر سنۀ 1388 هجری ازدواج

نمودند، و در همین ایام به انگلستان منتقل شدند، خداوند منان بـه ایشـان در آنجـا نیز عزت و سعادت و موفقیت بخشیدند. آنجا شروع به دعوت اهل انگلستان نموده و حوزۀ علمیۀ رحیمیه امدادیه را بنیان نهادند، سپس در نزدیکی بوسـتن دارالعلـوم هالکمب شروع به خدمت نمودند، خداوند جناب‌عالی را با ایـن خـدمات ارزنـدۀ ایشان موفق گرداند، و ایشان را سبب نشر و اشاعۀ دین قرار دهد. کتـابی کـه ایـن برادر عزیز در چنین محیط متعفنی برشته تحریر درآورده اند، انشاء الله بسیار مفیـد خواهد شد، مآخذ کتاب نیز معتبر می‌باشند، در واقع ایشان با تـلاش پـی در پـی و بی‌دریغ خود موارد جمع نموده اند، خداوند این کاوش ارزنده را بپـذیرد و آن را راه هدایتی برای بقیه انسان‌ها قرار دهد.

وصلی الله علی خیر خلقه محمد وعلی آلـه وأصحابه وأتباعـه وأجمعین إلی یوم الدین.

مقدمۀ مؤلف

کسی با فضای آلوده و متعفن انگلستان ناآشنا نیست، جایی که بی‌حجابی و عیاشی به انتهای خود رسیده است، اما شگفت اینجاست که آنچه موجب هلاکت و بدبختی آنها است، اعم از فقر او ثروتمندان، افراد با سواد و بی‌سواد و... آن را نوعی پیشرفت و تهذیب می‌دانند، چه جانفشانی‌هایی که نمی‌کنند، برای یک فرد متعهد و پرهیزگار بسیار مشکل است که بتوانند خود را از این آلودگی‌ها حفظ نماید، با این حال کسانی که خود را فدای دستورات خدا پیامبر وی کرده اند، می‌توانند زیر پوشش شریعت مطهره اسلام قرار گرفته و از این فضای متعفن جان سالم به در برند.

خداوند منان برای کسانی که با چنین محیطی رو به رو می‌شوند، رهنودهایی کرده است، چنانچه در سورهٔ نور می‌فرماید: ﴿قُل لِّلۡمُؤۡمِنِينَ يَغُضُّواْ مِنۡ أَبۡصَٰرِهِمۡ...﴾ «النور-30» «ای پیامبر! بگو برای مسلمانان که نگاه‌شان را پایین کنند».

در حدیثی از پیامبر گرامی ρ آمده است که چشم یا تیری است از تیرهای شیطانی و یا رحمتی است از رحمت‌های الهی.

در واقع شالوده کتابی که پیش روی دارید، همین آیه و حدیث مزبور می‌باشند و آنچه در این کتاب می‌خوانید، تفسیر و شرح همین آیه و حدیث می‌باشد.

خداوند بنده و خوانندگان گرامی را توفیق عمل عنایت فرماید.

پیش درآمد

بیست سال پیش زمانی که به انگلستان آمدم و این کشور و اوضـاع و خـیم آن را مشاهده نمودم، بسیار متأثر شدم و اقدام نمودم به نوشتن کتابی بـه نـام «معالجـه چشم‌چرانی» و در پرتو قرآن و سنت مطالب آن را روشن ساختیم، تـا ایـن کـه در 26 رجب 1393 هجری قمری، آن را به پایان رسانیده و به مولانا محمد زکریا ، به هندوستان ارسال نمودم. این کتاب در هندوستان بارهـا بـه چـاپ رسـیده و هـم اکنون نیز بار دیگر چاپ شده است، خداوند این عمل را قبول نمـوده و وسـیله‌ای برای نجات من بگرداند! مدت‌ها بود کـه در قلـبم انگیـزه تجدیـد نظـر و تـرمیم و اضافه برخی مطالب خطور می‌کرد، خواستم برخی از پاداش‌هایی که خداونـد در نتیجه حفظ نگاه به انسان عنایـت مـی‌کنـد. بـه اضـافه تـذکرات دیگـری را بـه آن بیفزایم تا انسان بهتر بتواند از این بیماری مهلک رهایی یابد.

بدین منظور در 22 شوال سال 1408 هجری به نام خدای تعالی کار را آغـاز نمودم و مجموعاً 33 باب و 33 تذکر را به کتاب مـذبور اضـافه نمـودم، خداونـد منان این عمل را نیز بپذیرد و آن را وسیله نجات قرار دهد. اینک در چاپ جدید، پنج باب دیگر بر هفت باب گذشته افزوده شد.

در باب یکم از زبان مولانای روم زنان بزرگترین آزمایش برای مردان معرفـی شده اند، شیطان زمانی که از رحمت الهی محروم شده و از درگـاه ایـزدی رانـده می‌شود، دام زنان را جهت گمراه‌ساختن مـردان پیشـنهاد مـی‌کنـد، و هرگـاه ایـن پیشنهاد او پذیرفته شود، بسیار اظهار مسرت می‌کند.

در باب دوم سه آیه از آیات قرآنکریم با تفسیر آنها و فواید دیگری بیان شـده است.

در باب سوم 11 حدیث از پیامبر اکرم ρ که در آن از چشم‌چرانی منع شده و یا به حفظ نگاه امر شده است بیان شده است.

در باب چهارم ضرر و زیان‌های معنوی این عمل ناشایست بیان شده است.

در باب پنجم زیان‌های جسمی و فیزیکی آن بیان شده است.

در باب ششم چند تذکر بیان شده است.

در باب هفتم زشتی و ناشایستگی چشم‌چرانی بیان شده است.

در باب هشتم پاداش‌های حفظ نگاه بیان شده است.

در باب نهم چهل مورد از گفتارهای بزرگان نقل و بیان شده است.

در باب دهم 21 مورد برای معالجه این بیماری مهلک تجویز و بیان شده است.

در باب یازدهم 33 مورد پاداش برای حفاظت چشم بیان شده است.

در باب دوازدهم 19 مورد از حکایات مشایخ و بزرگان بیان شده است.

بخش دوم

این بخش حاوی آیات مبارکه‌ای است که در مورد حفظ نگاه وارد شده است.

آیهٔ یکم: ﴿قُل لِّلۡمُؤۡمِنِينَ يَغُضُّواْ مِنۡ أَبۡصَٰرِهِمۡ وَيَحۡفَظُواْ فُرُوجَهُمۡۚ ذَٰلِكَ أَزۡكَىٰ لَهُمۡۗ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرُۢ بِمَا يَصۡنَعُونَ ٣٠﴾. «النور-30»

ترجمه: «ای پیامبر! بگو به مؤمنان تا چشم‌های‌شان را پایین کنند و فروج خود را حفظ نمایند، این امر برای‌شان بهتر است، همانا خداوند آگاه است به آنچه ایشان انجام می‌دهند».

در این آیه مبارکه خداوند به مؤمنان دستور داده است، نگاه خود را از هرآنچه با آن ممانعت شده است، حفظ نمایند: با نگاه شهوت به هیچ کسی نگاه نکنند ولو این که محجبه هم باشد، پسر جوان باشد و یا زن نامحرم باشد به جز کینه و یا همسر خویش.

نگاه اتفاقی و تصادفی:

اگر اتفاقاً چشم انسان به زن نامحرم بیفتد اشکالی ندارد، به شرط این که بلافاصله نگاهش را برگرداند، اما اگر مرتبه دوم عمداً نگاه کند، این عمل حرام و ناجایز است.

از بریده τ روایت شده که پیامبر اکرم ρ به حضرت علی τ فرمودند: اگر مرتبه اول اتفاقاً نگاهت به زنی افتاد، اشکالی ندارد، ولی نباید دوباره نگاه کرد که مرتبه اول معاف و مرتبه دوم گناه است.

حفظ شرمگاه:

در این آیه به حفظ فروج هم توجیه شده است، مرحوم مولانا شبیر احمد عثمانی می‌فرمایند: از بدفعلی و بدکرداری بپرهیزید و اعضای نهانی خود را نیز در معرض دید مردم قرار ندهید، پایین‌نمودن سر و حفظ شرمگاه عمل بسیار خوبی است، انسان با این عمل از خطر فحشا در امان خواهد ماند.

پاک‌نگهداشتن قلب:

بدیهی است قلب انسان در اثر چشم‌چرانی و بدفعلی سیاه می گردد و تا زمانی که ظلمت و تاریکی قلب انسان را پوشانده باشد، شوق و رغبت به سوی نیایش و طاعت پیدا نمی‌شود و در نتیجه قلب می‌میرد. باید بکوشیم خود را از هرنوع گناه و آلودگی روحی و معنوی بازداشته و قلب‌های‌مان را پاکیزه و زلال نگهداریم. خداوند علیم و خبیر از تمامی اعمال ما اطلاع کامل دارد و هیچ ذره‌ای بر او پوشیده نیست، چنانکه قرآن می‌فرماید: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرُۢ بِمَا يَصۡنَعُونَ ٣٠﴾. «النور/30» (قطعاً خدا به کارهایی که انجام می دهند، آگاه است.)

سلب توفیق:

هرکس نگاه خود را هنگامی که با زن نامحرم برخورد می کند حفظ نماید، خداوند به وی توفیق عبادت می‌دهد که لذت و حلاوت آن را احساس خواهد کرد، اما اگر خدای نخواسته نتواند خود را کنترل نماید و به این بیماری مهلک آلوده گردد، توفیق عبادت از وی سلب می‌شود، خداوند منان همه ما را حفظ فرماید!

مولانا محمد زکریا در کتاب (زندگی‌نامه خود) فرموده است: چشم‌چرانی یک بیماری مهلک است، من این را در مورد افراد زیادی از دوستان مشاهده نموده‌ام، زیرا در ابتدای ذکر بسیار شوق و علاقه نشان داده اند و در عبادت‌ها احساس لذت نموده اند، اما زمانی که به این بیماری دچار شده اند همه این لذت‌ها به سستی گراییده و در آخر عبادت‌ها را نیز ترک کرده اند.

چشم‌چرانی اولین پله نردبان فحشا:

شبیر احمد عثمانی در تفسیر عثمانی فرموده است: چشم‌چرانی اولین نردبان فحشا می‌باشد، گویی قفل فحشا توسط همین کلید باز می‌شود، بدین جهت می‌بینیم که قرآن مجید برای این که فحشا را در جامعه از بین ببرد، نخست از همین عمل ممانعت به عمل آورد و به زنان و مردان مسلمان دستور داد تا مراقب باشند، اگر چنانچه اتفاقاً چشم مردی به زن نامحرم افتاد، بلافاصله چشمش را

پایین آورده و بار دوم نگاه نکند، کسی که خود را عادت دهد و همـواره مراقـب چشمان خود باشد و نگاهش را همیشه پایین نماید، بسیار زود می‌تواند نفس خـود را تزکیه نماید، از آنجایی که نگـاه اول غیـر اختیـاری اسـت، چنانکـه در حـدیث آمده پیامبر گرامی ρ آن را معاف نموده اند.

آیهٔ دوم:

﴿وَقُل لِّلۡمُؤۡمِنَٰتِ يَغۡضُضۡنَ مِنۡ أَبۡصَٰرِهِنَّ﴾. «النور/30»

ترجمه: «بگوی به زنان مسلمان تا چشمان خود را پایین بیندازند».

مرحوم قاضی ثناء الله در تفسیر مظهری در بارهٔ شأن نزول این آیه چنین نوشـته اند: حضرت جابر بن عبدالله می‌فرماید: اسماء دختر؟ در نخلستان خـود بـود، چنـد زن وارد باغ شدند و شلوار نداشتند و ساق پا و سینه‌شان ظاهر بود، اسماء به ایشـان فرمودند: چه منظر نازیبایی دارید؟! پس از آن آیهٔ فوق نازل گردید. پـس بهتـرین وسیله عفت برای زنـان و مـردان پـایین گـرفتن چشـم اسـت، در جامعـه‌ای کـه مـا زندگی می کنیم، بی‌حجابی و بی‌حیایی بسیار عام و فراگیر است، انسـان بایـد اولاً خوف و ترس الهی را در قلب خود جای داده و باور کامل داشته باشد که خداوند از اعمال من اطلاع کامل دارد، چون پرهیزنمودن از حرام به اندازه تـرس از خـدا است.

اسباب فحشا:

خداوند منان در قرآنکریم فرموده: ﴿وَلَا تَقۡرَبُواْ ٱلزِّنَىٰٓ﴾ «الاسراء/32» (و نزدیک زنا نشوید) در واقع احسان خداوند است که هر عملی را که حرام قرار داده، اسباب و مقدماتی را که منجر به آن عمل می‌شود نیز حرام قرار داده است، زیرا هرگاه انسان از اسباب و مقدمات یک عمل دوری نماید، هرگز به آن عمل مبتلا نمی‌شود.

اسباب و مقدمات فحشا عبارتست از نگریستن به زن، راه‌رفتن به سوی او، گفتگونمودن بدون ضرورت، گوش‌دادن به حرف‌های وی، تصورنمودن زیبائی‌های وی و... که همه این اعمال حرام و ناجایز است. همچنین برای زن

بلندکردن صدا ناجایز است، باید طوری حرف بزند که صدایش به نامحرم نرسد، چون صدای زن نیز همانند بدن او عورت است، لذا برای مردان نیز ناجایز است که صدای زنان را گوش دهند.

موی زن:

برای زن جایز نیست که موی قطع‌شده را به جایی بریزد که چشم نامحرم به آن بیفتد، بلکه موها را باید در پارچه‌ای گره زده و دفن نماید تا نگاه کسی به آنها نیفتد.

پس‌خوردهٔ زن نامحرم:

امام غزالی می‌فرماید: در ظرفی که زن نامحرم آب یا غذا خورده است جایز نیست که انسان دهان خود را جایی بگذارد که زن دهانش را گذاشته است، اگر میوه‌ای را زن خورده و نصفش را گذاشته است، نباید مرد نامحرم بقیهٔ آن را بخورد.

نگاه بد اولین بذر فساد:

امام غزالی می‌فرماید: ای دوست عزیز! بزرگترین بذر فساد همین نشستن‌ها در مجالس و محافل و تماشانمودن مردان و زنان بی‌حجاب، و این که زن نقاب و چادر بپوشد کافی نیست، زیرا زنی که چادر و نقاب زیبا و جالب توجه می‌پوشد، بیشتر توجه مردان را جلب می‌کند، زنی که این عمل را انجام می‌دهد نیز گنهکار می‌شود، و اولیای زن که این عمل را می‌بینند و واکنشی از خود نشان نمی‌دهند نیز گنهکار خواهند شد، امام غزالی ذیلِ همین مطلب می‌فرماید: پوشیدن لباس زن نامحرم به قصد نیت شهوت، همچنین دست‌زدن به لباس زن به نیت لذت، و دادن چیزی به دست زن، گفتگو با وی با لهجهٔ نرم، همهٔ این امور ناجایز و حرام می‌باشند، همچنین برای زن هم جایز نیست با مرد نامحرم با لطافت و نرمی صحبت کند، باید با لهجهٔ خشن جوابش را بدهد، چنانکه قرآنکریم در این مورد می‌فرماید:

﴿فَلَا تَخۡضَعۡنَ بِٱلۡقَوۡلِ فَيَطۡمَعَ ٱلَّذِي فِي قَلۡبِهِۦ مَرَضٞ...﴾ «الاحزاب/32»

ترجمه: «پس در گفتار خود، نرمی و طنّازی نداشته باشید تا کسی که بیمار دل است طمع کند ».

کوتاه سخن این که خداوند انسان را از فحشا و از مقدمات آن برحذر داشته است، تا یک فرد مسلمان بتواند عفت خود را حفظ نموده و در دنیا و آخرت رستگار باشد.

آیۀ سوم: ﴿يَعۡلَمُ خَآئِنَةَ ٱلۡأَعۡيُنِ وَمَا تُخۡفِي ٱلصُّدُورُ ١٩﴾. «غافر/19»

ترجمه: «خداوند خیانت چشم‌ها را و آنچه در سینه‌ها پنهان نموده اند می‌داند».

مولانا تهانوی می‌فرمایند: خداوند در این آیه به دو عمل گناه اشاره نموده است، گناه چشم و گناه قلب، چشم‌ها می‌توانند مرتکب گناهان مختلفی شوند، اما در این آیه صرفاً به گناه چشم‌چرانی اشاره شده است، همچنین قلب‌ها نیز گناهان مختلفی انجام می‌دهند، ولی در اینجا فقط به نیت و اراده فحشا اشاره شده است.

گناه و سیاه‌شدن قلب:

شکی نیست که اکثر مردمان با این که دو عمل فوق را گناه می‌دانند، اما از ضررها و عواقب بد آن آگاهی کافی ندارند، اما باید بدانیم که حداقل اثر گناه، آن نیست که قلب انسان سیاه و تیره می‌گردد که بعد از آن هرعمل نادرست آسان می‌گردد.

حالت پیری:

اشرف‌علی تهانوی می‌فرماید: این بیماری چنان خطرناک است که در زمان پیری و کهنسالی انسان را ترک نمی‌کند، در زمان کهنسالی انسان از فحشا و عمل بد نجات می‌یابد، چون توانایی جسمی کافی را برای این عمل نخواهد داشت، اما نمی‌تواند از نگاه بد اجتناب نماید، بدین خاطر می‌بینیم که بسیاری در این بیماری مبتلایند، زیرا در این عمل نیازی به صرف هزینه هم ندارد، و قصد و اراده را نیز به جز خداوند کسی نمی‌داند.

اثر چشم‌چرانی:

نگاه بد چنان اثر نامطلوبی دارد که نور و درخشندگی چشمان را از بین برده و آنها را تاریک می‌گرداند، بسیاری از نیکان و بزرگان می‌توانند این اثر را بر چشمان مردم تشخیص دهند، شخصی در محضر عثمان τ حاضر شد که در بین راه نگاهش به زن نامحرمی افتاده بود، به محض این که عثمانτ او را دید فرمود: «**ما بال أقوام يترشح الزنا من أعينهم**» ترجمه: «چیست برخی مردمان را که از چشمان زنان می‌تراود؟!».

عثمانτ در یک خطاب عمومی اشاره کرد، تا فرد مورد نظر بفهمد که به من اشاره می‌شود و دیگران او را نشناسند تا آبرویش همچنان مصون بماند. بزرگان صاحب کشف فرموده اند که این عمل ناخوشایند، چنان زشت است که در اثر آن ظلمت و تاریکی چشمان را فرا می‌گیرد که هرکسی اندکی داشته باشد، می‌تواند آن را احساس کند، اگر دو نفر باهم از لحاظ سن و حسن و زیبایی برابر باشند، اما یکی از آن دو پرهیزگار باشد و دیگر فاسق و بدکردار باشد، به وضوح معلوم خواهد شد که در چشمان فرد اول رونق و درخشندگی و لطافت پدیدار است، اما چشمان فرد دوم را ظلمت و بی‌رونقی و افسردگی فرا گرفته است.

در آیه فوق خداوند علم و اطلاع کامل خو را به خیانت چشم و خیال بیان داشت، اما کیفر این دو عمل را مشخص نفرمود، ولی می‌بینیم که هرگاه گناهان دیگر را بیان نموده بلافاصله کیفر و مجازات آنها را نیز بیان داشته است، شاید در اینجا نکته مهم گذاشتن کیفر این دو عمل این باشد که طبیعت‌ها متفاوتند برخی از طبیعت‌های انسان‌ها زمانی که مجازات یک گناه را بدانند از آن عمل باز می‌آیند و تا زمانی که از یک مجازات مخصوص ترسانده نشوند باز نخواهد آمد، اما بسیاری هستند که به محض اطلاع مردم کافی است، فاصله زمانی که بدانند که گناه ما را معاف نموده اند، شرمندگی‌شان بیشتر می‌شود.

در جمله «یعلم...» اشاره‌ای کوتاه به مجازات نیز هست، بدین خاطر بسیاری از مفسرین در اینجا جمله «فیجازیکم» را مقدر نموده اند، لذا آیهٔ فوق به هردو گروه اشاره شده است.

گناه قلب:

مولانا تهانوی در رابطه با آیۀ ﴿وَمَا تُخۡفِي ٱلصُّدُورُ ١٩﴾ «غافر/19» فرموده اند: گناه قلب از گناه چشم بدتر است، یعنی این گناه تنها به چشم منحصر نمی‌شود، بلکه فکر و خیال انسان نیز شروع به فعالیت می‌کنند، بسیار هستند که زیبایی‌های زنان را تصور نموده و آن را در افکار و خیالات خود می‌پرورانند، اما ظاهر خود را پرهیزگار جلوه می‌دهند، این نیز یکنوع فریب شیطان است، چه بسا تفکر و تصور نسبت به زن نامحرم بیشتر موجب فتنه و فحشا می‌گردد به نسبت چشم‌چرانی، چه ممکن است زنی که نگاه کرده می‌شود بدصورت و بدقیافه باشد که این امر در تفکر و تصور وجود ندارد، چشم فقط یک مرتبه می‌بیند، اما قلب همیشه تصور می‌کند، و آن که در قلب خود چنین تصوری را ایجاد می‌کند، خود را متقی می‌پندارد، گاهی قلب بدون کمک چشم و گوش‌زنی را تصور می‌کند چون شاید قبلاً او را دیده است، یک تفاوت دیگر نیز وجود دارد، و آن این که بعضی مواقع نگاه بدون قصد و تعمد صورت می‌گیرد، اما عمل قلب همیشه با قصد و اراده انجام می‌گیرد، و از این عمل کسی می‌تواند مصون باشد که در قلب خود تقوی ایجاد نماید.

حفاظت گوش:

گاهی از مسیر گوش هم صداهایی به قلب وارد می‌شود، لذا همانگونه که حفظ نگاه ضروری است، حفظ گوش نیز لازم است، باید از گوش‌دادن به گفتگوی زنان نامحرم و صدای موسیقی و جز آن اجتناب شود.

زیبایی‌پرستی:

برخی از مردم ادعا می‌کنند که ما چهره‌های زیبا را به خاطر عبرت می‌نگریم، و این عمل خود را جزء نیکی‌ها به حساب می‌آورند، اما آنها باید بدانند که در دام فریب شیطان افتاده اند، و باید هرچه سریعتر خود را از این دام تزویر نجات دهند، علامه عبدالرحمن بن الجوزی در کتاب «تلبیس ابلیس» از ابن عقیل نقل فرموده اند که هرکس ادعا کند که من در نگریستن به زنان نامحرم، بر نفس خود اعتماد کامل دارم، بدانید که قولی بی‌اساس است، چرا که شریعت مطهره

مسلمانان را مورد خطاب قرار داده است، بدون این که برخی را استثنا نماید، چنانکه در آیهٔ سورهٔ نور فرموده است: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّواْ مِنْ أَبْصَـٰرِهِمْ﴾ «النور/30» و در آیات دیگری فرموده است:

﴿أَفَلَا يَنظُرُونَ إِلَى ٱلْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ ﴿١٧﴾ وَإِلَى ٱلسَّمَآءِ كَيْفَ رُفِعَتْ ﴿١٨﴾ وَإِلَى ٱلْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ ﴿١٩﴾ وَإِلَى ٱلْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ ﴿٢٠﴾﴾ «الغاشية: 17- 20».

ترجمه: «آیا نمی‌نگرند به سوی شتر، چگونه خلق شده است و به سوی آسمان، چگونه برافراشته شده و به سوی قله‌ها، چگونه نصب شده اند و به سوی زمین چگونه گسترانیده شد».

در واقع نگریستن به این اشیاء برای به دست‌آوردن عبرت تعیین شده است، چون نفس و شهوت انسان در این اشیاء سهمی نخواهد داشت[1].

---

(1)- تلبیس ابلیس.

بخش سوم

احادیث:

حدیث یکم: «**عَنْ جَرِيرٍ τ قَالَ: سَأَلْتُ رَسُولَ اللَّهِ ρ عَنْ نَظْرَةِ الْفَجْأَةِ، فَقَالَ: اصْرِفْ بَصَرَكَ**»[۱]. ترجمه: جریر τ می‌فرماید: پیامبر اکرم را از نگاه اتفاقی سوال کردم، آن حضرت فرمود: «نگاهت را برگردان». در حدیث دیگری پیامبر ρ نگاه به سوی زن نامحرم را (نوجوان بی‌ریش نیز در این حکم داخل است) زنای چشم قرار داده است[۲]. در حدیث دیگری فرمودند: دو بار نگاه نکنید، و این به معنی آن است که اگر مرتبه اول اتفاقاً چشم بیفتد معاف است، اما مرتبه دوم نباید نگاه کرد[۳].

حدیث دوم: «**عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ ρ قَالَ: «إِيَّاكُمْ وَالْجُلُوسَ بِالطُّرُقَاتِ». فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ! مَا لَنَا مِنْ مَجَالِسِنَا بُدٌّ نَتَحَدَّثُ فِيهَا. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ρ: «فَإِذَا بَيْتُمْ إِلاَّ الْمَجْلِسَ فَأَعْطُوا الطَّرِيقَ حَقَّهُ». قَالُوا: وَمَا حَقُّ الطَّرِيقِ؟ قَالَ: «غَضُّ الْبَصَرِ وَكَفُّ الأَذَى وَرَدُّ السَّلاَمِ وَالأَمْرُ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّهْيُ عَنِ الْمُنْكَرِ**»[۴].

ترجمه: «پیامبر اکرم فرمودند: بپرهیزید از نشستن بر سر راه‌ها، صحابه عرض نمودند: یا رسول الله! برای ما چاره‌ای جز نشستن بر سر راه‌ها نیست، زیرا باهم گفتگو می کنیم، پیامبر فرمودند: پس حق راه‌ها را ادا نمایید، ایشان عرض نمودند: حق راه‌ها چیست؟ پیامبر فرمودند: پایین‌داشتن نگاه، آزارندادن راهروها، جواب‌دادن سلام، امر به معروف و کارهای نیکو، و نهی از منکر و کارهای بد».

حدیث سوم: رسول اکرم ρ فرمودند: بیایید شش چیز را به من تضمین بدهید، بهشت را به شما تضمین می‌دهم: 1- هنگام حرف‌زدن دروغ نگویید، 2- وعده‌های که به کسی دادید خلاف آن نکنید، 3- در امانت خیانت نورزید، 4- شرمگاه خود را حفظ نمایید، 5- نگاه را پایین بیاندازید، 6- دست از ظلم به مردم بردارید.

---

(1)- به روایت مسلم، ابوداود و ترمذی.

(2)- مشکات، ص 12.

(3)- زندگی‌نامۀ مولانا زکریا.

(4)- به روایت بخاری و مسلم (متفق علیه).

حدیث چهارم: «**عن عبد الله بن مسعود τ قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم، - يعني - عن ربه عز وجل:** «**النظرة سهم مسموم من سهام إبليس، من تركها من مخافتي أبدلته إيماناً يجد حلاوته في قلبه**»[۱].

ترجمه: نگاه به نامحرم تیری است زهرآلود از تیرهای شیطان، هرکس از ترس الله نگاه خود را حفظ نماید، خداوند در عوض آن ایمانی را به وی عنایت می‌کند که حلاوتش را احساس می‌کند، در واقع نگاه یکی از ابزارهای شیطان است، هرگاه انسان به زنان نامحرم میگرد، شیطان بلافاصله وسوسه را در قلب او به وجود می‌آورد، و انسان را برای فحشاء آماده می‌سازد.

حدیث پنجم: «**عَنْ أَبِى أُمَامَةَ عَنِ النَّبِيِّ –صلى الله عليه وسلم– قَالَ: مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَنْظُرُ إِلَى مَحَاسِنِ امْرَأَةٍ أَوَّلَ مَرَّةٍ ثُمَّ يَغُضُّ بَصَرَهُ إِلاَّ أَحْدَثَ اللَّهُ لَهُ عِبَادَةً يَجِدُ حَلاَوَتَهَا فِيْ قَلْبِهِ**»[۲].

ترجمه: رسول گرامی فرمودند، هرگاه نگاه کسی به زیبائی‌های زنی بیفتد، و او بلافاصله نگاهش را برگرداند، خداوند توفیق عبادتی را به وی عنایت خواهد کرد که لذت و حلاوتش را حس کند.

حدیث ششم: «**عن أبي إمامة τ عن النبي صلى الله عليه وسلم قال:** «**لتغضن أبصاركم ولتحفظن فروجكم أو ليكفن اللهُ وجوهكم**»[۳].

ترجمه: رسول اکرم ρ فرمودند: یا باید نگاه و شرمگاه خود را حفظ نمایید و یا این که خداوند چهره‌های شما را مسخ خواهد کرد.

این حدیث در واقع یک هشدار بسیار مهمی است، اما مردم این عمل را بسیار معمولی و پیش پا افتاده می‌پندارد، در صورتی که این یک بیماری مزمن است، چرا که گناهان دیگر بگونه‌ای هستند که انسان شاید زمانی از آنها سیر شود، اما چشم‌چرانی مرضی است که هر بار تازه‌تر می‌شود و تشنگی انسان نسبت به آنها

---

(1)- طبرانی و حاکم از حدیث حذیفه و گفته این حدیث صحیح است از نظر اسناد به نقل از ترغیب و ترهیب.

(2)- به روایت امام احمد و طبرانی.

(3)- به روایت طبرانی.

شـدیدتر مـی‌شـود، (درسـتماننـد کسـی کـه تشـنه اسـت و از آب شـور دریـا می‌نوشد)[1].

مولانا تهانوی فرموده اند: چشم‌چرانی از هر حیث گناه بزرگ است[2].

و ادامه می‌فرماید: طبق علم و محدود من شاید در بین هزار نفر یک فرد از این بیماری رهایی یافته باشد. شاید این سؤال در ذهن انسان خطور کند کـه اگـر ایـن بیماری تا این حد عمومیت داشته باشد، من به عنوان یک فرد چگونه می‌تـوانم از آن مصون و در آمان بمانم؟

امام غزالی می‌فرمایند: این سوال در واقع فریب شیطان است، چون اگر چنانچه سیلابی بر مردم سرازیر شود و همه آنها در حال غرق‌شـدن باشـند و یـک فـرد از میان آنها شنا بلد باشد، اکنون این سوال مطرح است که آیا این فرد با خود بگوید که به علت این که همه مردم غرق می‌شوند، من هم نباید شنا کنم و خود را نجات دهم، دست‌ها را بسته در گوشه‌ای در انظار غرق‌شدن می‌نشیند؟! یا ایـن کـه تمـام توانایی خود را صرف نجات خود می‌کند؟ در صورتی که غرق‌شـدن در سـیلاب فقط به همین زندگی دنیا محدود می‌شود، اما عذاب‌های اخروی برای کسی که به این گناه مبتلا است، بسیار شدیدتر و دیرپاتر است[3].

حدیث هفتم: «**العینان تزنیـان وزنـاهمـا النظر، والأذنـان تزنیـان وزنـاهمـا الاستماع واللسان یزني وزنـاه النطق، والیدان تزنیان وزنـاهما البطش...**».

ترجمه: چشم‌ها زنا می‌کنند و زنای آنها نگاه بد است، گوش‌های زنا می‌کننـد و زنای آنها گوش‌دادن به صدای نامحرم، و زبان زنا می‌کند و زنای آن حرف‌های فحشا است، و دست‌ها زنا می‌کنند و زنای آنها دست‌زدن اسـت، در ایـن حـدیث چشم‌چرانی فحشای چشم محسوب شده است، از این رو باید بسیار مواظـب نگـه خود باشیم و در محافل و مجامع از آنها مراقبت کنیم.

---

(1)- دعوات عبدیت، وعظ عض البصر.

(2)- غض بصر.

(3)- تنبیه الغافلین.

حدیث هشتم: ...**قَالَ رَسُولُ اللهِ صلی الله علیه وسلم: «أَنَا غَيُّور والله أَغْيَرَ مِنِّيْ، وَمَنْ غَيْرَتِهِ حَرَّمَ الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطْنَ»**[1] ترجمه: «رسول اکرم ρ فرمودند: من باغیرت هستم، اما خداوند از من بیشتر غیرت دارد، به همین سبب خداوند فحشای آشکار و پوشیده را حرام قرار داده است».

بدیهی است که این عمل بسیار زشت و نادرست است، کسی که مرتب آن بشود، خداوند غیرت نموده و آن و آن شخص را از بارگاه عزت خود می‌راند، لذا کسانی که ادعای محبت الله و رسول او را دارند، باید نگاه خود را کاملاً حفظ نمایند، هرگاه انسان تقوی را پیشه خود قرار دهد از گناهان ظاهری و باطنی در امان خواهد ماند، و در نتیجه آن می‌تواند محبت الهی را از آن خود قرار دهد. همچنان در قرآن آمده است که ﴿إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلۡمُتَّقِينَ ۝٤﴾[2] (زیرا خدا پرهیزکاران را دوست دارد).

﴿وَٱعۡلَمُوٓاْ أَنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلۡمُتَّقِينَ ۝١٩٤﴾[3] (و بدانید که خدا با پرهیزکاران است)

هرگاه خداوند کسی را دوست بگیرد و معیشت الهی شامل او بشود، خداوند او را در هر کار کمک و یاری خواهد کرد.

حدیث دهم: «**عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: كُلُّ عَيْنٍ بَاكِيَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِلَّا عَيْنٌ غَضَّتْ عَنْ مَحَارِمِ اللَّهِ وَعَيْنٌ سَهِرَتْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَعَيْنٌ يَخْرُجُ مِنْهَا مِثْلُ رَأْسِ الذُّبَابِ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ**»[4] ترجمه: رسول اکرم فرمودند: روز قیامت هرچشم گریه می‌کند، مگر چشمی که از محارم اجتناب ورزیده و چشمی که در راه الله شبها بیدار بوده و چشمی که از ترس الله اشکی به اندازه سرمگسی ریخته است.

---

(1)- به نقل از مشکاة.

(2)- سورۀ توبه، آیۀ 4.

(3)- سورۀ بقره، آیۀ 194.

(4)- الترغیب والترهیب، ص 34.

حدیث یازدهم: از ابوهریره روایت شده است که پیامبر از این که به بچه بی‌ریش نگریسته شود منع فرموده است[۱]. در حدیث دیگری که از انس τ روایت شده آمده است: در کنار نوجوانان بی‌ریش ننشینید که فتنه آنها از فتنه دوشیزگان خطرناکتر است[۲]. در حدیث دیگری آمده است: پیامبر اکرم فرمودند: از رفت و آمد زنان نامحرم بپرهیزید. شخصی از میان عرض نمود: راجع به برادر شوهر چه می‌فرمایید؟ فرمودند: برادر شوهر مرگ انسان است، زیرا او همواره در منزل رفت و آمد می‌کند، اگر چنانچه نگاهش افتاد، اندیشه فتنه واضح‌تر است[۳].

(1)- تلبیس ابلیس.

(2)- همان.

(3)- زندگی‌نامه مولانا زکریا، ص 415.

بخش چهارم

زیان‌های معنوی:

این بخش در واقع تتمه دو بخش قبل است. چشم‌چرانی با این که یک عمل بسیار منفور و گناه بس‌بزرگی است، اکثر مردم آن را گناه معمولی می‌دانند، چون این عمل به آسانی انجام می‌گیرد و نیاز به نیروی جسمی و مالی ندارد، برخلاف گناهان دیگری همچون زنا، سرقت و... که انجام‌دادن آنها به نیروی جسمی و مالی نیاز دارند، بدین جهت می‌بینیم که کهنسالان نیز به آن مبتلایند، مولانا می‌فرمایند: پیرمردی به نزد من آمد و اظهار داشت که در همه اعمال پای‌بند شریعت هستم، به جز آن که بچه‌های بی‌ریش را با نگاه بد می‌نگرم. به پیرمردی دیگر برخوردم که می‌گفت: در چشم‌چرانی به زنان مبتلایم.

این بیماری نخست در جوانی پدید می‌آید، در واقع هر گناه بد نخست در دوران جوانی پدید می‌آید و تا دوران پیری در اعماق وجود انسان ریشه می‌دواند و تا قبر همراه انسان هستند، و انسان را در منجلاب‌های بدبختی غرق می‌کند، همه نیروهای جسمی به پایان می‌رسد، اما این بیماری همچنان جوانه می‌زند.

اهمیت حفظ نگاه:

علامه ابن قیم در کتاب «الکافی» در این مورد بحث مفصلی دارد، ایشان می‌فرمایند: هر عمل فحشا نخست از چشم سرچشمه می‌گیرد، همانگونه که شعله‌های آتش که سر به آسمان می‌کشد، ابتدا از یک جرقه ناچیز آغاز می‌شود و به همین منظور مراقبت از چشم بسیار ضروری است[1].

علامه ابن قیم در ادامه بحث می‌فرماید: هرکس از چهار اعضای ذیل مراقبت نماید، توانسته است دین خود را سالم نگهدارد: 1- چشم. 2- خیال و تصور. 3- زبان. 4- قدم، زیرا شیطان از همین رهگذرها در قلب انسان نفوذ کرده و موجبات بربادی انسان را فراهم می‌سازد.

---

(1)- الکافی، ص 204.

پس از آن علامه ابن قیم آنها را مفصلاً بیان می‌فرماید: نخست از چشم آغاز کن، زیرا حفظ نگاه شرط حفاظت شرمگاه است، کسی که از رهگذر نگاه آزاد باشد به زودی به هلاکت خواهد رسید.

ایشان در ادامه می‌فرمایند: نگاه تیری است که هرگاه به سوی دیگری پرتاب شود، پیش از آن صاحب خود را هلاک می‌کند، کسی که برای بار اول نگاهش به زنی می‌افتد یکبار دیگر مینگرد تا شاید از تشنگی خود بکاهد، در صورتی که با هر بار نگریستن آن تشنگی شدت می‌یابد.

یکی از زیان‌های نگاه بد این است که بر چشم پرده‌ای را می‌پوشاند و از نور و درخشندگی آن کاسته می‌شود، دلهره و افسردگی بر قلب چیره می‌گردد. ثانیاً اگر هزار مرتبه بنگرد بازهم سیر نمی‌شود، بلکه برعکس مورد لعن و نفرین رسول الله قرار می‌گیرد. و در حین نگریستن از رحمت الهی دور می‌شود، یکی دیگر از زیان‌های آن از بین‌رفتن لذت و حلاوت طاعات و عبادات است. چنانکه در حدیثی که قبلاً متذکر شدیم آمده است که هرگاه انسان نگاهش را پس از نگریستن اول برگرداند، خداوند لذت حلاوت را در عبادت‌هایش ایجاد می‌کند، و برعکس کسی که نتواند نگاهش را کنترل کند، از لذت و حلاوت در عبادت محروم خواهد شد، یکی از زیان‌های آن اینست که چهره انسانی که در این بیماری آلوده است و افسرده و بی‌نور می‌شود.

زیان‌های که به آنها اشاره شده، فقط به چشم‌چرانی زنان منحصر نمی‌شود، بلکه همه این زیان‌ها برای کسی نیز که به نوباوگان بی‌ریش هم با نگاه بد می‌نگرد تعلق می‌گیرد، مولانا اشرف‌علی در این مورد می‌فرماید: بعضی از مردم ادعا می‌کنند که ما به این بچه‌ها به عنوان فرزند خود می‌نگریم و با آنها محبت می‌کنیم، اما باید آنها بدانند که این یک فریب شیطانی بیش نیست.

علامه عبدالرحمان بن الجوزی در کتاب «تلبیس ابلیس» آورده اند که ابوعبدالله بن الجلا فرمودند: ایستاده بودم و به صورت یک نوجوان مسیحی که دارای چهره‌ای زیبا بود می‌نگریستم، ناگاه ابوعبدالله بلخی از کنار من گذر نمود و علت توقف من را جویا شد، گفتم: این صورت زیبا را می‌بینید که فردا در آتش جهنم سوزانده می‌شود؟ ایشان هردو دست خود را بر شانهٔ من زدند و فرمودند: به

زودی اثر این عملت را خواهید دید، پس از چهل سال قرآن را کـه حفـظ داشـتم یکباره فراموش کردم[1].

ابوالادیان گفته است: با استاد خود ابوبکر دقـاق نشسـته بـودم، در ایـن هنگـام نوجوانی زیبا از کنار ما گذشت، من شروع کردم به نگریسـتن بـه وی، اسـتاد مـن فرمود: پسرم اثر این را خواهید دید، من تا بیست سال در همین فکر بـودم، سـپس شبی با همین تفکر خوابیدم، صبح بیدار شدم، دیدم کـه همـه قرآنکـریم را کـه از حفظ بودم فراموش کرده‌ام.

عکس:

نگریستن به عکس زنـان نـامحرم نیـز نـوعی چشـم‌چرانـی اسـت، گرچـه ایـن عکس‌ها در دسترس عموم قرار دارند، مانند عکس‌هایی که در روزنامه‌ها و مجلـه و کتاب چاپ می‌شوند، و یا در تلویزیون و سینما به نمایش گذاشته می‌شوند، این هم یکی از عوامل فحشاء است و باید با جدیت تمام از آن اجتناب ورزیم.

تلویزیون:

امروزه تلویزیون چنان عام شده که هیچ خانۀ مسلمانی هـم شـاید از آن خـالی نیست الا ماشا الله، مردم هزینه می‌کنند و تلویزیون خریده خود و فرزندان خود را با مشکلات دینی و اخلاقی و اجتماعی دچار می‌کنند، اوقات گرانبهای یـک فـرد مسلمان هم به هدر می‌رود، و از نماز و ذکر و عبادت هم باز داشته می‌شود، با این حال تصویرهای زنان و مردان نامحرم در آن به نمایش گذاشته می‌شود کـه بـرای یک فرد مسلمان نگریستن آنها جایز است، بدین جهت مـی‌بینـیم حیـا و عفـت در جامعۀ اسلامی تدریجاً کمرنگ می‌شود.

(1)- تلبیس ابلیس، ص 349.

زیان‌های تلویزیون:

تلویزیون در واقع دارای زیان‌های جسمی و مصنوعی است، پزشکان اعتراف نموده اند که نگریستن به صفحهٔ تلویزیون برای بینائی چشم بسیار زیان‌آور است، دانشمندان روان‌شناس آمریکایی اذعان داشته اند که یکی از بزرگترین عوامل قتل و غارت و سرقت در اکثر مردم جهان تماشای فیلم‌های مختلف است که از آنها الهام گرفته و از آنها تقلید می‌کنند. بسیاری از سارقین و اوباش‌ها اعتراف نموده اند که روش‌های نوین جیب زنی و تجاوز به زنان را از فیلم‌ها تقلید نموده ایم، دانشمندان و پزشکان غربی نیز دریافته اند که اشعهٔ صفحهٔ تلویزیون به چشم و بدن انسان ضرر می‌رساند، همانگونه که نگریستن به زن‌های نامحرم حرام و ناجایز است، تصویر زنان نامحرم نیز همان حکم را دارد، دشمنان غربی مسلمانان همیشه در صدد هستند که عکس‌های مبتذل و عریان یا نیمه عریان را به کشورهای اسلامی سرازیر نمایند تا از این رهگذر بتوانند راهی را برای نفوذ شیطان در قلوب‌شان باز کنند. یک فرد مسلمان باید بیندیشد که اینها چه سودی غیر از ایجاد خیالات فاسد و پریشانی‌ها و افسردگی‌های روحی و روانی را به ارمغان می‌آورند. هرگاه حیا و عفت از بین برود، دیگر بدحجابی و گردش در خیابان‌ها آسان می‌شود.

نگریستن به درون خانه:

یکی از انواع بدنگاهی و چشم‌چرانی این است که از پنجره و در خانهٔ کسی به درون آن نگاه شود، این مورد تهدیدها و وعیدهای بیشماری وارد شده است، گاه پس از درزدن از بالای دیوار در حیات منزل می‌نگرند که این هم ناجایز است.

بخش پنجم

زیان‌های جسمی:

چشم‌چرانی موجب ایجاد نوسان‌های بسیار در مجای ادرار می‌شود، ادرار مذی همواره به صورت قطرات بدون اختیار خارج می‌شود و در امر وضو مشکلاتی به وجود می‌آید، کسانی که به چشم‌چرانی عادت نموده اند به بیماری زیادی دچار می‌شوند و در اثر خیالات سوء به سستی کمر مبتلا می‌گردند.

بخش ششم

فواید و نکات دقیق:

نکته یکم: اشرف علی تهانوی فرموده اند: اگر چنانچه نگاه انسان به جوانی که موی محاسن آن برآمده است افتاد و نفسش لطف و لذتی احساس نمود باید بلافاصله نگاهش را برگرداند، زیرا گاهی آثار حسن و زیبایی پس از برآمدن موی محاسن نیز دیده می‌شود، و بیماران حسن‌پرستی را بیمارتر می‌گرداند، لذا در چهره و یا گفتگوی هرکسی چنین احساسی به انسان دست دهد باید از آن اجتناب نماید.

نکته دوم: باید به یاد داشته باشیم که از همان جایی که خط نفس شروع می‌شود دوری از حق نیز آغاز می‌گردد، به تعبیر دیگر انسان اگر یک درصد با گناهی آلوده شود همان قدر از خداوند دور می‌شود.

نکته سوم: بزرگان و مشایخ کرام فرموده اند: کسی که می‌خواهد راه هدایت را بپیماید، نخست باید از همنشینی با زنان و نوجوانان بپرهیزد، زیرا این عمل بزرگترین مانع رسیدن به مسیر هدایت است، چرا که شخص متدین در اثر طاعت و عبادت و ذکر او دلش نرم می‌شود، شیطان نمی‌تواند بر قلبش تسلط حاصل نماید، اینجاست که شوق مجالست و صحبت با زنان و نوجوانان را در قلبش می‌پروراند و قلبش را از مربی و مرشد معنویش می‌گرداند، تا این که به گودال‌های بدبختی واژگون می‌شود.

نکتهٔ چهارم: امام زهری (تابعی بزرگوار) می‌فرماید: اگر نوجوان به حدی کم‌سن و سال است که نگریستن به صورتش خواهش جنسی انسان را تحریک می‌کند، نباید به هیچ یک از اعضای بدن او نگریسته شود.

نکتهٔ پنجم: نگاه بد در هر صورتی حرام و ناجایز است، اما شیطان توانسته است بسیاری از مردم را زیر دام فریب خود جمع نموده و آنها را قانع کند که نگریستن با نگاه پاک بدون نیت بد اشکالی ندارد، تا جایی که برخی از شاعران در اشعار خود چنین ادعایی سر داده اند، ولی آنها بدانند که اگرچه اراده فحشا و عمل زنا را ندارند، اما با نگریستن به زیبائی‌های زنان چشم‌شان زنا می‌کند، آنها به علت این که پرده جهل عقل و خرد آنها را پوشانیده است نگاه‌شان را پاک می‌پندارند،

زیرا عمل فحشا از همین نقطه آغاز می‌شود، چون هرگاه یک دفعه این زهرکشنده در قلبش تزریق شود، به او فرصت آرام‌گرفتن را نمی‌دهد، فرضاً اگر همان زن یک شب را در تنهایی با وی بگذراند، روشن است که چه بلایی بر سرش می‌آید، آنگاه می‌بیند که نفس شیطان او را چگونه بدبخت می‌کند. شیطان در مورد رابعه عرویه و حسن بصری گفته است: اگر این دو مرد و زن با این که بزرگترین اولیای عصر خود هستند باهم در خلوت بنشینند، باز بنگرید که من چگونه تقوی آنها را به هم می‌زنم، بدین خاطر خلوت‌نمودن با زن نامحرم و یا نوجوان بی‌ریش ناجایز است.

نکته ششم: مولانا تهانوی فرموده اند: بعضی انسان‌ها تدریجاً به عشق مجازی مبتلا می‌شوند، حتی گاه خود او هم احساس نمی‌کند تا این که کاملاً گرفتار می‌شود، گاهی هم در طول زندگی احساس نمی‌کند، ولی هنگامی که معشوقه می‌میرد آنگاه سوز و گدازی را در قلبش احساس می‌کند.

نکته هفتم: در دوران پیری غریزه جنسی کاهش می‌یابد، اما حرص آن همچنان در حال طراوت خود باقی است، و انسان پیر با نیروی مقاومت فرسوده خود نمی‌تواند با آن مقابله نماید، بدین جهت بزرگان فرموده اند: انسان باید در دوران پیری احتیاط بیشتری داشته باشد و مردم نیز باید توجه داشته باشند تا زنان و دختران‌شان با افراد پیر و کهنسال نیز خلوت نداشته باشند، بسیاری از عوام دختران و زنان خود را به مجلس پیران فرستاده و می‌گویند: این دختر توست، در صورتی که رابطه شیطان با اینگونه افراد گرمتر و صمیمی‌تر است، اگرچه آنها ادعا دارند که نفس ما مرده است، پیامبر گرامی ما ρ به همسران پاک خود دستور داد تا در مورد مرد نابینا نیز از حجاب استفاده نمایند. خود آنحضرت با زنان نامحرم از پشت پرده گفتگو می‌کرد، هرگاه می‌خواست از آنها بیعت بگیرد چادر را با دست می‌گرفت و به واسطه آن از آنها بیعت می‌گرفت، آیا نفس این پیران جاهل از نفس پیامبر ρ و صحابه گرام و همسران پیامبر پاکتر است؟! این ادعا جز گمراهی و ضلالت نیست.

نکته هشتم: کسانی که طبیعت و مزاج عشقی دارند، در صحبت بزرگانی باید بنشینند و از آنها کسب فیض نمایند که آنها عاشقانه در ذکر و عبادت مشغولند.

در حدیث وارد شده است که «**سَبَقَ المُفْرِّدُون**» صحابه کرام عرض نمودند: مفردون چه کسانی هستند؟ فرمودند: کسانی هستند که خدا را یاد می‌کنند[1].

کسی که از لذت‌های حرام اجتناب می‌ورزد، شاید مردم او را محروم از لذت‌ها گمان کنند، اما خود او در اثر ارتباط خاصش با خدای بزرگ و مهربان، آرامش عجیبی در قلبش مشاهده می‌کند. کسی که به عشق مجازی مبتلا بوده است و بعد از آن توسط یکی از بزرگان در راه اصلاح و تزکیه قدم برمی‌دارد، چون قلبش دردآشناست بسیار زود می‌تواند راه سلوک و تزکیه را بپیماید و قلب و نگاه خود را کنترل نماید.

نکته نهم: اگر احیاناً در میان راه نگاه به زن نامحرمی بیفتد شاید تنها موجب زوال نور از قلب بشود، اما اگر جایی است که به صورت مکرر نگاه انسان به همان زن یا نوجوان زیبا می‌افتد، اندیشه مبتلاشدن به عشق در نتیجه به عمل بد می‌شود، لذا باید هرچه زودتر از چنین مکانی منتقل شود تا از فتنه آن در امان باشد.

نکته دهم: یکی از دانشمندان دینی گفته است: خلوت‌نمودن با زنان یا بچه‌های زیبا با وجود رعایت تقوی نیز حرام است، زیرا اگر او بتواند از فتنه آن مصون بماند نمی‌تواند از شر بدگویان در امان باشد.

وإن سلم الإنسان من سوء نفسه
فمن سوء ظن المدعي ليس يسلم

ترجمه: اگر انسان از شر نفس خود در امان باشد، نمی‌تواند از سؤظن مردم مصون بماند، بدین خاطر گفته اند: از مواضعی که امکان اهام در آن وجود دارد بپرهیزید. آورده اند که امام ابوحنیفه امام محمد را به علت این که صورتش زیبا بود و ریش در نیاورده بود در کلاس درس در پشت خود می‌نشاند، پس از مدتی که ایشان ریش درآوردند و سایۀ آن در روشنی فانوس مشاهده شد، اجازه‌نشستن در جلوش را دادند، بنگریم به بزرگان چگونه از فتنه‌های نفس می‌پرهیزند.

نکته یازدهم: سعدی در یکی از اشعارش می‌فرماید:

---

(1)- فضایل ذکر.

این دیده شوخ می‌برد دل بکمند
خواهی به کسی دل ندهی دیده بیند

در جای دیگر نیز فرموده اند:

که سعدی راه و رسم عشق‌بازی
چنان داند که در بغداد تازی
اگر مجنون و لیلی زنده گشتی
حدیث عشق از این دفتر نوشتی
دلآرامی که دارای در و بند
دگر چشم از همه عالم فروبند

نکتۀ دوازدهم: نباید کسی به پاکدامنی و عفت خود افتخار نماید و مطمئن باشد که به سبب کمال عفتش در این بیماری مبتلا نمی‌شود، در حالی که یوسف υ نیز اعتراف نمودند: ﴿إِنَّ ٱلنَّفۡسَ لَأَمَّارَةُۢ بِٱلسُّوٓءِ﴾[1].

حاج امداد الله مهاجر مکی می‌فرمایند: من در دنیا از هیچکس هراس ندارم به جز از نفس خود، پس ما چگونه می‌توانیم بر عفت خود بنازیم.

نکتۀ سیزدهم: نفس و شیطان همواره برای مبارزه با انسان آماده هستند، لذا هر پیشنهادی که از سوی نفس یا شیطان ارایه می‌شود، آن را نباید اجرا نمود، اگر چنانجه شیطان و نفس به نگریستن به زنان و نوجوانان وادار نمایند، در مقابل‌شان ایستادگی نمایید، اگر چند مرتبه مرتباً مقاومت کنید، آنها عقب‌نشینی خواهند کرد، صاحب قصیدۀ بُرده فرموده اند:

النفس كالطفل أن تهمله شب علي
حب الرضاع وأن تفطمه ينفطم

ترجمه: نفس انسان مانند یک بچه است که به شیر مادر عادت کرده است، این بچه اگر بزرگ هم بشود تا مادرش او را از شیر باز ندارد عادش را ترک نخواهد

(1)- سورۀ یوسف، آیۀ 53.

کرد، همیشه باید مراقب نفس و شیطان باشیم، در هر عمل نخست باید بنگریم آیا مطابق تقاضای نفس و شیطان است یا خیر؟ در صورت اول باید از آن دوری نماییم، و به درگاه الهی نیایش کنیم تا از شر این دو دشمن حفظ نماید، اگر خداوند پناه ندهد پناه‌گاه دیگری وجود ندارد.

نکتۀ چهاردهم: به طالب علم و به ویژۀ برای طلب دین توصیه می‌شود که در اثر گناهان و بالاخص مسایل جنسی، کلیۀ اعضای بدن و بالخصوص قلب و اعصاب بسیار ضعیف و نحیف می‌شود، حسن و زیبایی از چهره مضمحل می‌شود، قلب به علت هراس و سراسیمگی و اعصاب هم به علت کمبود مواد معنوی ضعیف و ناتوان می‌شود، چرا که سرمایۀ صحت و آرامش و نیروی جسمی همان مادۀ معنوی است، در اثر کمبود این ماده حافظۀ انسان نیز دچار ضعف می‌شود، در صورتی که هر دانش‌آموز و دانشجو به این نیرو نیاز مبرم دارد، در صورت نبود یا کمبود آنها توانایی ادامۀ تحصیل نخواهد داشت، باید همواره مواظب این باشد که اگر خود را به گناه آلوده کند، از علم و دانش محروم می‌شود و صحت و سلامت خود را نیز از دست خواهد داد، و اگر خدا گناهش را آشکار نماید، عزت و آبرویش نیز از بین رفته و در میان مردم خوار و ذلیل خواهد شد، باید در نظر داشته باشد، مرگ و بیماری و حوادث روزگار وقت معینی ندارد، هنگام بیماری و مرگ گناه‌ها انسان را ترک می‌کنند، بهتر است هنگام صحت و پیش از فرارسیدن مرگ گناهان را ترک کنیم، تا تارک گناه باشیم و نه متروک آن، در واقع تارک گناه قابل ستایش است نه متروک گناه. باید با عزم راسخ تصمیم بگیریم که دیگر دنباله‌رو شهوت نباشیم، نه به زنان و نوجوانان بنگریم و نه با آنان گفتگو کنیم، اگر یک طالب علم نیز به مذاکره و تکرار درس با یکی از بچه‌های بی‌ریش را داشته باشد، باید به حداقل آن اکتفا نماید، اگر گرایش و کششی در قلب خود احساس نمود باید فوراً جلسه را ترک نماید، اگر در این امر از ملاحظۀ و چشم‌پوشی استفاده کند، رابطۀ نامشروع پایه‌هایش محکمتر شده و منجر به عمل بد خواهد شد، حتی پس از این که عنایت الهی شامل حالش بشود و توبه نماید، شاید مدت‌ها خیالات و افکارش آلودۀ همین بیماری باشد و در اثر خیالات و وسوسه‌ها در نماز و درسهایش اختلال

ایجاد شود، اما اگر به محض پدیدآمدن علایم بیماری کاملاً پرهیز را شروع کند، از چنین فتنه‌هایی در امان خواهد ماند، در واقع بیرون‌راندن محبت و ارتباط الهی از قلب و جایگزین‌کردن محبت زنان در آن بسیار ناسپاسی است. ترک‌کردن جمال به مثال الهی و عشق‌ورزیدن به صورت‌های فانی بسیار کار نا بخردانه‌ای است.

نکتهٔ پانزدهم: اشرف‌علی تهانوی فرموده است: شخصی در طول زندگی گرایشی به زن نداشته است، اما هنگام وفات او رنج و پریشانی در قلبش محسوس شود و خیالش در ذهن تردد کند، باید بداند که نوعی ارتباط قلبی وجود داشته است اگرچه به مقدار کمی بوده، لذا باید بلا فاصله نادم شده و استغفار نماید.

نکتهٔ شانزدهم: هرچند تقاضای نفس برای چشم‌چرانی شدیدتر بشود و انسان همواره مقاومت کند، نوری که در اثر مقاومت با نفس ایجاد شده است در قلبش درخشان‌تر می‌شود. (در واقع پیمودن طریق سلوک به وسیلهٔ همین مجاهدات است، و الا خداوند از رگ‌های گردن انسان قریب‌تر است، نیاز به پیمودن راهی برای نزدیک‌شدن بوی وجود ندارد). بزرگان گفته اند: پیمودن راه خدا و رسیدن به قرب الهی با همین مجاهدتها و مقاومت‌ها در برابر حملات نفس و غرایز جنسی و جسمی امکان‌پذیر است، هراندازه انسان خواهش نفسانی را زیر پا گذاشته و آن را تابع احکام الهی بگرداند، به خدا نزدیکتر خواهد شد.

نکتهٔ هفدهم: گاه انسان از نگریستن به صورت زن اجتناب کند، اما لباس یا عضو دیگری را می‌نگرد و از آن لذت می‌برد، باید از لباس و تمامی اعضای زن نامحرم اجتناب شود.

نکتهٔ هیجدهم: گاه انسان در حین گفتگو با زنان نامحرم صدایش را باریک و نرم نموده تا با این طریق آنها را مأنوس کند، این عمل خالی از گناه نیست.

نکتهٔ نوزدهم: هرگاه انسان فقط با گوشهٔ چشم نگاه می‌کند، اما این عمل نیز قلب را تیره نموده و نور آن را سلب می‌کند.

نکتهٔ بیستم: بسیاری از مردان نگاه‌شان را حفظ می‌کنند، اما زیبائی‌های زنان را در قلب‌شان تصور می‌کنند و از این طریق لذت می‌برند، اما باید قلب نیز مانند نگاه حفظ شود، و با ذکر الهی همواره مشغول بشود.

نکتۀ بیست و یکم: بسیاری از بزازان و سوداگران با مشتریان زن برخورد نموده و با آنها چشم‌چرانی می‌کنند، آنها را با نام‌های مادر، خواهر، و... خطاب نموده و از زیبائی‌های آنها لذت می‌برند، در حالی که با این خطاب‌ها زنان نامحرم مادر یا خواهر نمی‌شوند، اما زنان ساده از اینگونه خطاب‌ها در دام فریب آنها می‌افتد.

نکتۀ بیست و دوم: برخی از مردم به سوی زنان بدحجاب و بی‌حجابی با چشم باز می‌نگرند، سپس «**لا حَوْلَ وَلا قُوَّةَ إلا بِالله**» هم می‌خوانند و از تعفن و فساد جامعه اظهار نارضایتی می‌کنند، باید به آنها بگویید: نخست نگاه‌شان را در آنها حفظ نماید، سپس لا حول بخوانند، اما نگریستن به آنها و خواندن لا حول با زبان در واقع نوعی عیاری و فریب‌بازی است، این عمل نمی‌تواند دلیل تنفر باشد.

نکتۀ بیست و سوم: با یک نگاه بد چشم‌ها عادت نموده، و با هر زنی که برخورد شود بی‌درنگ به او می‌نگرد، زیرا یک معصیت سبب می‌شود برای گناهان بعدی همانگونه که یک عمل نیک سبب می‌شود برای اعمال دیگر، شیخ الحدیث مولانا زکریا فرموده اند: یک نیکی هرچند کوچک باشد نیکی‌های دیگر را به سوی خود می‌کشد، و یک عمل بد بدی‌های دیگر را به سوی خود جذب می‌کند، لذا با یک مرتبه نگاه‌کردن نیروی مقاومت ضعیف‌تر می‌شود، سپس در طول شبانه روز در گناه‌ها آلوده می‌شود.

نکتۀ بیست و چهارم: گاه انسان نگاه خود را حفظ می‌کند، اما شیطان حربۀ دیگری را استعمال می‌کند، و آن این که گناهان قبلی را برایش مجسم نموده، در این هنگام قلبش به خیانت مبتلا می‌شود، و در نتیجۀ اینگونه تصورات ظلمت و تیرگی قلبش را فرا می‌گیرد، و در اثر آن تمامی اعضای او فاسد می‌شوند، زیرا قلب در واقع به منزلۀ پادشاه است، و سایر اعضاء رعیت او هستند. (در حدیث وارد شده است که در وجود انسان یک تکه گوشتی است که اگر آن سالم و تندرست باشد تمامی اعضاء سالم هستند، اما اگر آن فاسد و متعفن بشود و سایر اعضاء فاسد خواهند شد، و آن تکۀ گوشت قلب است. بدین خاطر نخست شیطان وسوسه‌ها و تصور است نامشروع را در قلب انسان می‌پروراند، تا این که قلب فاسد می‌شود، و آنگاه برای به دست‌آوردن آرمان‌هایش همۀ اعضا را گسیل می‌کند، چشم و قلب باهم رابطۀ بسیار نزدیکی دارند، گوئی دو چرخ یک

خودرو هستند، فساد قلب موجب فساد چشم و فساد چشم موجب فساد قلب می‌شود، گاه نخست چشم به یک زن نامحرم می‌نگرد، سپس قلب شروع به تصور زیبائی‌هایش می‌کند، و گاه قلب نخست تصور می‌کند، سپس چشم‌ها در پی یافتن و تماشانمودن آن می‌افتد، بدین خاطر قرآنکریم در آیهٔ ذیل هردو را تحت تعقیب قرار داد: ﴿يَعۡلَمُ خَآئِنَةَ ٱلۡأَعۡيُنِ وَمَا تُخۡفِي ٱلصُّدُورُ ﴿١٩﴾﴾.«غافر-19» «[او] چشم هایی را که به خیانت [به نامحرمان] می نگرد و آنچه را سینه ها پنهان می دارند، می داند)

نکتهٔ بیست و پنجم: گاه انسان در حین همبستری با همبسترش زیبائی‌های زنان دیگر را تصور می‌کند، این تصور در واقع در اثر چشم‌چرانی‌های مداوم در قلب او جای گرفته است، در صورتی که اینگونه تصور نیز ناجایز است.

نکتهٔ بیست و ششم: بسیاری از بچه‌های بی‌ریش یا زنان نامحرم یک بار بدین منظور می‌نگرند که حسن و جمالش را تشخیص بدهند، تا اگر دارای حسن باشد نگاه‌شان را حفظ و در غیر این صورت نیازی به مجاهده و مقاومت باقی نمی‌ماند، ولی این هم یکی از حربه‌های دقیق شیطان می‌باشد، چون قبل از نگاه اول نیز مقاومت آسان است، ولی پس از نگاه اول اگر آن فرد دارای حسن و جمال باشد، قلب این بیچاره در دام حسنش افتاده و دیگر نیروی مقاومتش به سستی می گراید، لذا کار عاقلانه این نیست که راه عافیت را گذاشته و در باتلاق خطرناک قدم بگذاریم.

نکتهٔ بیست و هفتم: برخی پس از فوت همسر در تنهایی شب او را با نیت شهوت تصور نموده و مقاربت و همبستری پیشین را در ذهن‌شان مجسم می کنند، در حالی که همسر نیز پس از فوت‌کردن حکم نامحرم را دارد، اگر قصد او را تصور نموده و تشنگی غریزهٔ جنسی خود را اشباع کند جایز نیست، اما اگر بدون قصد وارد خیالش را در ذهن خطور کند اشکالی ندارد، چون عمری را با وی به سر برده است.

نکتهٔ بیست و هشتم: برای حفظ عفت تنها نگاه‌کردن کافی نیست، بلکه ارادهٔ آن را هم نباید داشته باشد، زیرا صرفاً با عدم نگاه نمی‌تواند از فتنهٔ در امان باشد تا این که تصمیم جدی برای حفظ نگاه نگرفته است.

نکتۀ بیست و نهم: معنی معاف‌بودن نگاه اولی و یا نگاه غیر اختیاری اینست که انسان از جائی می‌گذرد که احتمال وجود زن را ندارد، اتفاقاً نگاهش به زنی می‌افتد، اما این به معنی آن نیست که در مواضع تجمع زنان حضور یافته و هریکی را یک مرتبه بنگرد، چنانچه در ایستگاه‌های تاکسی، و یا بازارها، اکثریت را زنان تشکیل می‌دهند، لذا باید از شیادی‌های نفس و شیطان آگاه باشیم.

نکتۀ سی‌ام: اگر همسر یک انسان دارای حسن و جمال کافی نباشد، باید صبر نموده و نان خشک خود را از پلو دیگران لذیذتر بداند، زیرا لذت‌های حرام انسان را در دنیا و آخرت بدبخت و شرمساز می‌گرداند، اکثر مارها بسیار زیبا و خوش‌نقش هستند، اما هیچکسی حاضر نیست به آنها نزدیک شود، همچنان زنان نامحرم اگر دارای حسن و جمال هستند، اندیشۀ سلب دین و ایمان نیز در آنها وجود دارد. و موجب نارضایتی الله نیز می‌شوند، اگر یک افسر پلیس و یا حاکم شهری از انسان ناراضی باشد، آرامش و سکون انسان سلب می‌شود، پس باید دانست کجا غضب و نارضایتی خداوند علیم و خبیر چه خواهد کرد. سعدی / چه خوش گفته است:

عزیزی که هرکس از درش سربتافت
به هر در که شد هیچ عزت نیافت

انسان چند روزی مجاهده بکند یا برای همیشه رستگار باشد، درست مانند مسافری که در سفر رژیم غذایی اش به هم می‌خورد، اما او با این نیت که هرگاه به منزل برسد هم کاستی‌ها را جبران می‌کند، همه مشکلات سفر را متحمل می‌شود، همچنان انسان باید اعتقاد کامل داشته باشد که در بهشت حوران خوبصورت به وی می‌رسد، و این همسران از آنها نیز بسیار زیباتر خواهند شد.

نکتۀ سی و یکم: کسانی که به چشم‌چرانی مبتلا شده اند، آنها هم غیر از تلاوت قرآن و ذکر نام او در تنهایی ننشینند، زیرا به محض این که انسان در خلوت می‌نشیند، شیطان دریایی از خیالات زشت و ناروا را در ذهن مجسم می‌کند، اینجاست که می‌بینیم جوانانی که دارای شغل هستند بهتر می‌توانند از گناه محفوظ شوند.

اولیای جوانان و نوجوانان باید آنها را در ابتدای جوانی به کار و اشتغال مشغول نمایند.

نکتۀ سی و دوم: طبیعت برخی از مردم به زودی اصلاح نمی‌شود و نیاز به مجاهدت‌های درازمدت دارد نباید زود ناامید شود، زیرا خداوند به خاطر طبیعت بد و تقاضای نفسانی مؤاخذه نمی‌کند، بلکه در مقابل مجاهدت‌های مداوم اجر و پاداش بیشتری نصیب او می‌شود، و به شرط این که مطابق خواهش نفس رفتار نکند، شاید گاه نیاز به مقاومت در طول زندگی وجود داشته باشد، گرچه نفس انسانی از مجاهده شانه‌خالی می‌کند ولی باید آرزوی نفس را کنار گذاشته و حکم الهی را به جا آورد، آورده اند که شاه محمود غزنوی روزی یک مروارید بسیار باابزرشی را به دست ارکان دولت سپرد تا آن را بشکنند، همه آنها از این عمل سرباز زدند که حیف است چنین مروارید باارزشی شکسته شود، سپس «ایاز» دستور داد، او را بلافاصله ریز ریز کرد، هنگامی که دلیلش را پرسیدند، گفت:

گفت ای مهتران نامور
امر شاه بهتر به قیمت یا گُهر[1]

در این حکایت مولانا رومی به ما می‌آموزد که در شکستن آرزوی صورت‌های زیبا درنگ ننمایید، اینها در برابر حکم الهی ارزشی ندارند، نگاه‌تان را از زیبائی آنها حفظ نمایید آنگاه حلاوت و لذت قرب الهی را در قلب خود احساس می‌کنید.

نکته سی و سوم: بچه شیرخوار اگر از آغوش مادر درآورده شود بسیار بی‌آرام و پریشان می‌شود، اگر از آغوش دیگری به آغوش مادر آورده شود آنگاه آرام گرفته و خرسند می‌شود، قلب انسان نیز اگر از رهگذر چشم، زیبایی زنی در آن جایگزین؟ الهی بشود، و به عشق مجازی مبتلا شود آرامش و سکون خود را از دست می‌دهد، از خواب محروم می‌شود، بسیاری از جوانان دست به خودکشی زده اند، اما هرگاه قلب انسان توسط صحبت اهل الله با خدا مرتبط شود، چنان در

---

(1)- مثنوی مولوی.

سکون و آرامش به سر می‌برد که بچه در آغوش مادر حتی آغوش مادر با آغوش رحمت الهی قابل مقایسه نیست.

بخش هفتم

عفت از نگاه بد:

جزوه‌ای در رابطه با حفظ نگاه اثر مولانا مفتی رشید احمد به دستم افتاد، نبره فرازهایی از آن را در این کتاب در خدمت خوانندگان قرار می‌دهم.

نگاه به عکس بد:

مولانا در این جزوه نوشته اند: نگاه‌تان را حفظ نمایید، امروزه زنای چشم‌چرانی بسیار شیوع پیدا کرده است، هر زنی که چشم انسان به وی می‌افتد، بلا فاصله متوجه آن می‌شود عکس‌های مبتذل دیوارها را پوشیده و صفحه تلویزیون را نیز اشغال نموده است، شخصی گفت: اینها تصویر نیستند، فقط عکس می‌باشند، من گفتم نباید به عکس زن نیز نگریسته شود، گاه عکس زن خطرناکتر از خود آن است، زیرا انسان به سوی زن می‌نگرد، اما هراس و واهمه خشم و نارضایتی آن را نیز دارد، اما در تماشای عکس این واهمه وجود ندارد، امروز نگاه‌ها متعفن و فاسد شده اند که نحوست نگاه بد را احساس نمی‌کند، ولی کسی که نگاهش به محبوب واقعی است او با زبان حال چنین زمزمه می‌کند:

همه شهر پر ز خوبان منم خیال و ماهی
چه کنم که چشم یک بین نکند به کس نگاهی

خداوند به چشم‌ها یک نیروی خاصی عنایت کرده است که به محض این که در خطر برخورد با یک شیء واقع می‌شود، خودبخود بسته می‌شود و نیازی به بندکردن ندارد. حتی یک نوزاد اگر به سوی چشمش دست را ببرید فوراً چشمش بسته می‌شود.

پس در مورد اشیای نیز که برای قلب و روح انسان زیان آورند، باید چشم‌ها بسته می‌شدند، چون وقتی که می‌بینیم خداوند برای حفاظت چشم چنین نیروی فوق العاده‌ای به آن بخشیده است، برای حفاظت معنویات نیز همان نیرو را به آن بخشیده، اما انسان‌ها آن نیرو را در چنین مواردی استعمال نمی‌کنند، هنگامی که به زنان نامحرم برخورد می‌کنند، چشم‌ها را به زور بلند می‌کنند، باید این چشم‌ها

را به یک پزشک روحانی سپرد و آن را مداوا کرد تا به بسته‌شدن به هنگام اشیای زیان‌آور عادت نمایند.

اکنون این سؤال پیش می‌آید که راه حفاظت از نگاه بد چیست تا آن را دنبال نمائیم؟ باید بدانیم که نگاه یک مسلمان بسیار معزز است، به جز موقعی که آن را در جایی استعمال کند که موجب نارضایتی خدا است، پس باید هر مسلمان مراقب حفظ عزت و وقار نگاهش باشد و موجبات ذلت آن را فراهم نسازد. زمانی بر من گذشته است که از اینگونه اشیاء قلبم نفرت می‌کرد، احیاناً اگر با آن بزرگوار به منزل کسی می‌رفتم و تزئینات را مشاهده می‌کردم بسیار ناراحت و پریشان می‌شدم، قلبم می‌خواست در جنگل‌ها و بیابان‌ها به سر برم، اما با حضور ایشان به خود می‌گفتم، شاید این احساس درست نباشد و از خداوند همواره زوال آن را آرزو داشتم، و همواره دعایم این بود که خداوند من را در اثر صحبت بزرگان این درجه را نیز به بنده عنایت فرماید، اکنون به بازار می‌روم نگاهم به هیچ زینت و زیبائی بلند نمی‌شود.

عشق مجازی فسق حقیقی:

عشق مجازی در واقع فسق و فجور است، شخصی در محضر یکی از بزرگان جهت اصلاح نفس خود حاضر شد، این بزرگ یک خدمتگذار زن داشت، و از مهمانان پذیرائی می‌کرد، ناگاه چشم مرید به خادمه افتاد، قلبش در آتش عشق او شعله‌ور گردید، زن نیز احساس نمود و ماجرا را برای شیخ بازگو نمود، شیخ به این زن دستور داد تا داروی مسهل استفاده نماید و آنچه را که از وی خارج می‌شود در ظرفی جمع کند، زن هم بسیار نحیف و ناتوان شد زیبائی و جمالش را از دست داد، شیخ مریدش را فرا خواند و ظرفی که مملو از نجاست بود به وی ارائه نمود و فرمود آن چیزی که تو به آن عشق ورزیدی همین است، مرید با این تدبیر شیخ از عشق خود توبه نموده و از آن برای همیشه متنفر شد، این حکایت بسیار آموزنده است عشق به زنان یک نوع فسق است، هرگاه انسان در مخاطره بیفتد همین پلیدی‌ها را تصور نماید از عشق مجازی نفرت خواهد کرد.

بخش هشتم

نگاه نیک:

چشم یکی از هزاران نعمت بزرگ و کوچک الهی است که الله تعالی به انسان ارزانی داشته است، شکر این نعمت بزرگ الهی آنست که آن را از نگاه بد حفظ نموده و در مورد اشیای دینی مباح از آن استفاده نمائیم.

عبرت از خلقت:

یکی از حقوق این نعمت بزرگ این است که در آسمان و زمین و خلقت اشیاء تدبر و تکفر کنیم، تا به این طریق خالق آنها را بشناسیم. قرآنکریم در مواضع متعددی به این موضوع پرداخته است: ﴿ٱلَّذِي خَلَقَ سَبۡعَ سَمَٰوَٰتٖ طِبَاقٗاۖ مَّا تَرَىٰ فِي خَلۡقِ ٱلرَّحۡمَٰنِ مِن تَفَٰوُتٖۖ فَٱرۡجِعِ ٱلۡبَصَرَ هَلۡ تَرَىٰ مِن فُطُورٖ ٣ ثُمَّ ٱرۡجِعِ ٱلۡبَصَرَ كَرَّتَيۡنِ يَنقَلِبۡ إِلَيۡكَ ٱلۡبَصَرُ خَاسِئٗا وَهُوَ حَسِيرٞ ٤﴾[1] ترجمه: «آن ذاتی که هفت آسمان و زمین را طبقه‌ای بالای طبقه آفریده، نمی‌بیند در خلقت الله هیچگونه نقصی، سپس چشمانت را برگردان، آیا خللی در آنها می‌بینی؟! سپس چشمان را برگردان چشمانت به سوی تو برمی‌گردند با ذلت و خستگی».

مولانا شبیر احمد در تفسیر این آیه نوشته است: ای مخاطب! چشمانت را به سوی آسمان بلند کن، هیچ نقص و شکافی در آن نمی‌بینی بلکه بسیار شفاف، متصل و منظم است و با گذشت زمان و مرور ایام هیچ تفاوتی در آن پدید نیامده است.

عبرت از میوه‌ها:

﴿ٱنظُرُوٓاْ إِلَىٰ ثَمَرِهِۦٓ إِذَآ أَثۡمَرَ وَيَنۡعِهِۦٓۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكُمۡ لَأٓيَٰتٖ لِّقَوۡمٖ يُؤۡمِنُونَ ٩٩﴾[2] ترجمه: «بنگرید به میوه درخت، زمانی که میوه می‌کند و بنگرید به

---

(1)- سورهٔ ملک، آیات 3 و 4.

(2)- سورهٔ انعام، آیهٔ 99.

رسیدن میوه، همانا در این اشیاء نشانه‌های قدرت الهی می‌درخشند، اما برای کسانی که دارای ایمانند».

مولانا شبیر احمد ذیلِ این آیه می‌نویسد: هر میوه نخست خام، بدمزه و غیر قابل استفاده است، پس از پختن و رسیدن لذیذ شیرین می‌شود، اینها همه مظهر قدرت الهی اند.

بصارت بدون بصیرت:

خداوند ذوالجلال در آیات متعددی مسلمانان را به تدبر و تفکر در جهان پرعبرت رهنمون می‌شود، والا بینایی ظاهری منهای بینش معنوی ارزشی ندارد، خداوند در مورد کفار فرموده است: ﴿وَلَهُمۡ أَعۡيُنٞ لَّا يُبۡصِرُونَ بِهَا﴾[1] ترجمه: «آنها چشم دارند، اما نمی‌بینند».

لذت چشم فیزیکی که با بصیرت و بینش معنوی همراه نباشد، مساوی کوری است، قرآنکریم فرموده است: ﴿وَمَن كَانَ فِي هَٰذِهِۦٓ أَعۡمَىٰ فَهُوَ فِي ٱلۡأٓخِرَةِ أَعۡمَىٰ وَأَضَلُّ سَبِيلٗا ٧٢﴾[2] ترجمه: «کسی که در این دنیا (از تدبر در آیات و نشانه‌های خداوندی) کور باشد، در آخرت کور و گمراهتر خواهد بود.

اما چون بینش و بصیرت اولیاء الله نیرومند است، بینایی‌شان نیز نیرومند می‌شود. در مورد مولانا الیاس ره آورده اند که اواخر زندگی با این که تمامی اعضای ایشان ناتوان بودند، اما بینائیش همچنان قوی و باتوان بود.

---

(1)- سورهٔ اعراف، آیهٔ 179.

(2)- سورهٔ إسراء، آیهٔ 72.

فراست مؤمن:

(هرگاه بصارت و بصیرت باهم جمع شوند، نور فراست در قلب مؤمن زبانه می‌زند)، گفته اند: «**اتقوا فراسته المؤمن، فإنه ینظر بنور الله**».

چشم‌ها و تلاوت قرآن:

از چشم؟ این نعمت بزرگ الهی را در راه تلاوت قرآن که کلام الهی است استفاده نمائیم، تلاوت قرآن موجب برکات ظاهری و باطنی، مادی و معنوی، و موجب افزایش بینائی چشم می‌گردد، موجب زدودن زنگ‌های قلب و تقویت حافظه می‌شود. مولانا زکریا در کتاب «فضائل قرآن» نوشته اند: علی رضی الله عنه فرموده است: حافظه انسان از سه چیز نیرومند می‌شود، مسواک‌زدن، روزه‌داشتن و تلاوت قرآنکریم.

کتابخوانی:

بهترین مواد مصرف این نعمت بزرگ تلاوت قرآن، خواندن کتاب‌های دینی و کمک به محرومان و درماندگان برای این نعمت راه‌های زیادی وجود دارد که می‌توانیم در آیهٔ ذیل همهٔ آنها را خلاصه نماییم:

﴿وَتَعَاوَنُواْ عَلَى ٱلۡبِرِّ وَٱلتَّقۡوَىٰۖ وَلَا تَعَاوَنُواْ عَلَى ٱلۡإِثۡمِ وَٱلۡعُدۡوَٰنِ﴾.«المائده 2»

(یکدیگر را بر انجام کارهای خیر و پرهیزکاری یاری نمایید، و یکدیگر را بر گناه و تجاوز یاری ندهید؛)

بخش نهم

اقوال بزرگان:

1- رسول گرامی ρ فرمود: پس از وفات در امت خود فتنه‌ای بزرگتر از زنـان نگذاشته ام.

2- عمر فاروق بن خطاب τ فرمـود: دو اسـتخوان پوسـیده اگـر بـاهم خلـوت کنند، بازهم ارادۀ یکدیگر را خواهند کرد، (اشاره به پیرمرد و پیرزن است).

3- مولانا ذکریـا در مجلسـی در مدینـۀ منـوره فرمودنـد: از نگـاه بـد حـلاوت عبادت و طاعت از بین می‌رود.

4- مولانا ذکریا در ملفوظات خود معروف به «صـحبتی بـا اولیـاء» چهـار نـوع نسبت را مفصلاً شرح داده است: 1- نسبت انعکاسی. 2- نسبت القـایی. 3- نسـب اصلاحی. 4- نسبت اتحادی، راجع به نسبت انعکاسـی بـه نقـل از شـاه عبـدالعزیز فرموده است: این نسبت بسیار ضعیف است، به محـض ایـن کـه مریـد از مجلـس شیخ برخیزد، اثر آن از بین می‌رود، بعد می‌فرماید: نظر بنده در این مورد این است که اثرش زائل نمی‌شود، اگر مرید خود را همچون مردها حساب کنـد بسـیار زود ترقی خواهد کـرد، البتـه اثـر آن از ارتکـاب معاصـی زائـل مـی‌شـود، بـه ویـژه از چشم‌چرانی، بدین خاطر اجتناب از این عمل بد بسیار ضروری است.

5- مولانا ذکریا فرمود: در شهرهای اروپـائی حفاظـت چشـم بسـیار ضـروری است، یعنی جایی که حجاب رعایت نمی‌شود، حفاظت نگاه بیشتر ضروری است.

6- مولانا ذکریا فرمود: بدنگاهی عملی بسیار زشت و مهلک است، حلاوت و لذت عبادت را از انسان سلب می کند، پس از آن تا مدت مدیدی این حلاوت بـه دست نمی‌آید. عارضۀ دیگری که از چشم‌چرانی پدید می‌آید، بـدبوئی در لبـاس فرد مزبور است، کسی که بتواند از این بیماری اجتنـاب نمایـد و خصوصـاً سـرود بکثرت بخواند از بدبوئی لباس و بدنش کاسته می‌شـود، ایشـان مـی‌فرماینـد: بنـده لباس بزرگان را پس از یک هفته استشمام نموده ام، حتی بوی عرق هم محسـوس نمی‌شود.

7- مولانا ذکریا فرمود: با تجربه ثابت شده است که نگاه بد موجب بدبوئی در لباس‌ها می گردد، و قلب انسان به سوی اذکار و اوراد نیز مایل نمی‌شود.

8- مولانا ذکریا: پرهیز از صحبت و مجالست بچه‌های بی‌ریش بسیار ضروری است، چون این عمل موجبات بردبادی اعمال را فراهم می‌کند.

9- شیخ عبدالقادر جیلانی در یکی از اندرزهایش که به فرزندش داده فرموده است: با بچهٔ نابالغ، زنان نامحرم، صاحبان بدعت، و ارباب دولت هم‌مجلس مباش. مجالست با این افراد وسیلهٔ از دست‌رفتن دینت می‌شود[1].

10- علامه ابوالقاسم قیثری در وصایای خود فرموده است: با بچه‌های نابالغ و زنان نامحرم نشینید، و با آنها صحبت نکنید[2].

11- علامه قیثری: مجالست و همنشینی با زنان و کودکان برای سالکین راه طریقت زیان‌آور است[3].

12- یکی از بزرگان فرموده است: کسی را که خداوند بخواهد از بارگاه خویش مطرود و مردود نماید، او را به بچه‌های خود به صورت مبتلا می‌گرداند.

13- شیخ عبدالقادر جیلانی: تا انسان اشیای دهگانهٔ ذیل را بر خود التزام نکند، تقوی و پرهیزگاریش به کمال نمی‌رسد:

1: زبان را از غیبت محفوظ نماید.

2: از سؤظن اجتناب کند.

3: از شوخی و یاوه‌گویی اجتناب کند.

4: نگاه را از حرام حفظ نماید.

5: فقط سخن راست بگوید.

6: منت خدا را بر خود اقرا نموده و بر نفس خود اعتماد نکند، و آن را پاک نپندارد.

7: مال در موارد خوب و بر کسانی که مستحق آن نیستند خرج نکند.

8: خود را بزرگتر نداند، و در آرزوی بزرگی هم نباشد.

9: نمازهای پنجگانه را در اوقات‌شان ادا نماید.

---

(1)- شریعت و طریقت.

(2)- همان.

(3)- غض البصر.

10: از سنت‌های پیامبر گرامی پیروی نموده و با مسلمانان اختلاط نماید (و از انزوا اجتناب ورزد).

14- امام غزالی: یکی از آفت‌های شهوت، عشق است، عشق سبب گناهان زیادی می‌گردد، اگر انسان از اول محتاطانه عمل نکند، مهار از دستش گسخته می‌شود، بهترین روش احتیاط حفاظت چشم است، اگر اتفاقاً نگاه انسان به سوی زنی بلند شود، اما اگر چشمان را آزاد گذاشت، نگاهداشتن بس‌دشوار است، نفس انسان درست به یک چهار پا می‌ماند، اگر از اول آن را تعلیم دهیم، کنترل آن آسان می‌شود، اما اگر از اول تعلیم آن به خوبی انجام نگیرد، بعدها کنترل‌کردنش بسیار مشکل می‌شود[۱].

15- داود پیامبر υ به فرزندش توصیه نمود که به دنبال زن رفتن خطرناکتر از این است که دنبال شیر واژدها بروی[۲].

16- از یحیی پیامبر υ پرسیدند: فحشاء از چه چیزی سرچشمه می‌گیرد؟ فرمودند: از نگاه بد[۳].

17- امام غزالی از یکی از بزرگان صوفیه نقل می‌فرماید که اگر شیرژیان به مرید حمله کند آنقدر که از بچه خوبصورت می‌ترسم، از آن نمی‌ترسم، چون خطر این بیشتر است[۴].

18- سعید بن مسیب گفته است: خداوند هر پیامبری را مبعوث فرموده است، شیطان در رابطه با زنان از او ناامید شده است، من آنقدر که از فتنه زن بیم دارم از هیچ دشمنی ندارم، بهمین خاطر به منزل خود و فرزندم می‌روم[۵].

19- شیطان به موسی υ گفت: هرگز با زنی نامحرم در خلوت منشین، زیرا هر مردی با زن خلوت کند، من به دنبال‌شان می‌افتم تا آن دو را در فتنه مبتلا کنم[۶].

---

(1)- کیمیای سعادت.

(2)- همان.

(3)- همان.

(4)- همان.

(5)- همان.

(6)- همان.

20- یوسف بن حسین: مشکلات صوفیای کرام را سه چیز می‌بینم: مجالست با بچه‌ها، زندگی با مخالفان، ملاطفت با زنان[۱].

21- شیخ واسطی: هرگاه خداوند بخواهد کسی را خوار و ذلیل کند، او را به اینگونه لاشه‌های متعفن و بدبوی دچار می‌کند، یعنی بچه‌های زیبا و بی‌ریش[۲].

22- مظفر قرمسینی: بدترین نرمی همان است که به زنان نامحرم می‌شود، به هر عنوانی که باشد.

23- از شیخ نصیر خیرآبادی پرسیدند: برخی از مردان با زنان در خلوت می‌نشینند و ادعا دارند که نیت ما پاک و بی‌آلایش است، فرمودند: تا زمانی که حیات در جسم انسان وجود دارد، احکام الهی اعم از امر و نهی و حلال و حرام ادامه خواهند داشت[۳].

ابن طاهر مقدسی: کسی که هنگام نگریستن به بچه بی‌ریش غریزه جنسیش به حرکت می‌افتد، نگریستن او حرام است، اگر کسی ادعا نماید که در اثر نگاه به بچه‌های خوبصورت هیچ واکنشی در غریزه جنسی او پدید نمی‌آید، دروغ گفته است. نگریستن در واقع اشکالی ندارد، زیرا گاه نیاز می‌افتد، اما اگر باز بار نگاهش بلند شود، این خود دلیل شهوت است[۴].

25- سعید بن مسیب: هرگاه کسی را دیدید به صورت بچه زیبا با دقت نگاه کند، او را متهم کنید[۵].

26- ابراهیم بن هانی به نقل از یحیی بن معین: هیچگاه چنین نشده است که در میان راه جوانی اراده همراهی من را داشته باشد و احمد بن حنبل نیز آنجا وجود داشته باشد[۶].

---

(1)- شریعت و طریقت.

(2)- همان، ص 450.

(3)- همان.

(4)- تلبیس ابلیس، ص 335.

(5)- همان.

(6)- تلبیس ابلیس، ص 347.

27- فتح موصلی: من با تعداد سی نفر از ابدال ملاقات نموده ام، هریکی از آنها بهنگام خداحافظی به من توصیه می کرد که از بچه جوان بپرهیز[1].

28- حسن بن بزار روزی به محضر امام احمد تشریف آوردند و یک بچه خوبصورت با وی همراه بود، هنگام خداحافضی امام احمد فرمودند: با این بچه همراه نباشید، ایشان عرض نمودند که این پسر برادرزاده من است، فرمودند: اگرچه هم برادرزاده‌ات باشد[2].

29- علامه ابن جوزی: خداوند بدین خاطر به پایین داشتن نگاه امر فرموده که این طریق قلب می‌تواند بدون مانع به سوی الله متوجه باشد[3].

30- عمر فاروق بن خطاب τ فرمودند: برای عالم از شر هیچ درنده‌ای چنان خوف ندارم که از بچه نوجوان زیبا[4].

31- سفیان ثوری: با زن یک شیطان همراه است، اما با بچه خوبصورت دو شیطان، و در روایت دیگری آمده است: با بچه زیبا از ده شیطان نیز بیشتر همراه است[5].

32- عبدالعزیز بن ابی السائب به نقل از پدرش: یک پسر نوجوان برای عابد از 17 دختر و دوشیزه خطرناکتر است[6].

33- ابن الطاهر: کسی که با بچه جوان هم‌مجلس می‌شود، در فتنه می‌افتد[7].

34- مظفر قرمیسنی: کسی که به خاطر نصیحت و با نیت پاک با بچه جوان در خلوت می‌نشیند در فتنه می‌افتد، چه رسد به دیگران.

35- مولانا سهارنپوری: نگریستن به چهره زن نامحرم و بچه زیبا برای حافظه بسیار زیانبخش است[1].

---

(1)- همان.

(2)- همان.

(3)- همان.

(4)- همان.

(5)- همان.

(6)- همان.

(7)- همان.

36- شجاعبن مخلا به نقل از بشر بن حارث: از بچه‌های نابالغ بپرهیزید[۲].

37- ابواسامه می‌فرماید: نزد شیخی بودم که درس حدیث می‌داد، مردم هم رفتند، فقط یک پسر جوان نشسته بود خواستم بلند شوم، گفت: باش تا این پسر درسش را تمام کند، چون دوست نداشت با یک پسر در خلوت ولو این که به خاطر درس باشد بنشیند[۳].

38- ابن فرج رستی صوفی: شیطان را به خواب دیدم، گفتم: دیدی چگونه لذت‌های دنیا را ترک نمودیم و از مال دنیا اعراض نمودیم، اکنون بر ما هیچ تسلطی نخواهی داشت، شیطان در پاسخ گفت: شما نمی‌دانید رگ‌های قلب شما چگونه به صحبت نوجوانان به حرکت درمی‌آید[۴].

39- ابوسعید: نگاه بد بلایی است که تعداد بسیار اندکی از صوفیان از آن مصون می‌مانند[۵].

40- امام غزالی: دوست عزیز از مقابل تو زنان و جوانان می‌گذرند و شیطان وادارت می‌کند که این و آن را بنگری، پس با شیطان به مقابله برخیز، و به او بگوی: چرا به صورت آنها بنگرم؟ اگر دارای صورت زشت باشند ناراحت می‌شوم، و اگر زیبا و خوبصورت باشند دینم از دست می‌رود، گناهکار می‌شوم و به هدف هم نمی‌رسم[۶].

---

(1)- مکتوبات شیخ.

(2)- تلبیس ابلیس.

(3)- تلبیس ابلیس.

(4)- همان.

(5)- همان.

(6)- کیمیای سعادت، ص 303.

بخش دهم

تدابیر حفظ نگاه:

چشم‌چرانی بیماری مهک و خطرناکی است و باید به هر تدبیر ممکن خود را از آن مصمون بداریم، بزرگان دینی تدابیر متعددی در این مورد بیان فرموده اند که در ذیل 21 مورد از آنها را بیان می‌نماییم.

1- مولانا زکریا فرموده اند: همیشه نگاه را پایین بیندازید، هرشیء مستحسن و زیبای را دیدید بار دیگر به آن ننگرید.

2- مولانا تهانوی: بهتر و آسان‌ترین روش حفظ نگاه اینست که هنگام راه‌رفتن در راه چشم‌ها را پایین بیندازید و به هرسو نگاه نکنید[۱].

3- مولانا تهانوی: هرگاه نگاه شما به شخص زیبا و خوبصورتی افتاد، بلافاصله فرد بدشکل و بدقیافه‌ای را در ذهن تصور نمایید تا قلب شما در تشویش نیفتد[۲].

4- هرگاه چشم شما به زن زیبایی معطوف گردید، چنین تصور کنید که پس از چندی می‌میرد و جسمش بدبو و متعفن می‌شود، سپس با خاک یکسان می‌شود[۳].

5- برای این که در آینده خواهش بد در قلب شما پدیدار نشود، بسیار ذکر کنید، عذاب الهی را تصور نمایید، و بدانید که خداوند از همه حالات اطلاع کامل دارد و قدرتش همه چیز را احاطه کرده است، بکثرت مجاهده کنید آخر این نیت بد از قلب شما زدوده خواهد شد.

نکته قابل توجه این که انزواء و گوشه‌گیری را اختیار نموده اند، ولی هرگاه قلب‌شان به چیزی مایل می‌شود، بسیار پریشان شوند، فکر می‌کنند و با خود می‌گویند که همه مجاهدت‌ها ضایع شدند و اثری در اصلاح من به جای نگذاشتند، ما اینقدر در طلب حق مجاهده نمودیم، بازهم به ما رحم نشد و ما همچنان محروم ماندیم، بدانید که اینها هم وساوس شیطانی بیش نیستند، چون

---

(1)- غض البصر، ص 15.

(2)- همان.

(3)- همان.

هدف اصلی قطع‌شدن غریزه جنسی نیست، چون اگر قطع شود آنگاه پرهیز از گناه کمالی نیست، زیرا اگر یک فرد نابینا به نامحرم ننگرد کمالی نکرده است[۱].

6- هرگاه نیت فاسدی در قلب خطور کرد، فوراً وضو بگیرید و دو رکعت نماز خوانده توبه نمایید، این عمل را چند بار انجام دهید، تدریجاً خیالات و تصورات فاسد از قلب شما زدوده می‌شود، چون نمازخواندن بر نفس انسان بسیار سنگین است، هرگاه بداند که در ازای یک لذت اندک باید دو رکعت نماز خوانده شود، دیگر چنین تقاضایی نخواهد کرد[۲].

7- یکی از مریدان تهانوی در نامه‌ای که برای ایشان ارسال نموده بود چنین اظهار داشت: دو همسر دارم، اما بازهم نگاه بد به زنان نامحرم در قلبم خطور می کند، اعم از این که زیبا باشند یا خیر. حضرت در پاسخ نوشتند: این یک بیماری است جهت معالجه آن باید مجاهدت‌هایی انجام شود و در صورت ارتکاب آن جریمه‌ای به خود لازم بگرداند، به طور مثال در ازای یک نگاه بد 20 رکعت نماز بر خود لازم گرداند، دیری نخواهد پایید که این بیماری از ریشه اش خشک می‌شود[۳].

9- سؤال: هرگاه در مسیر راه با کسی برخورد می کنم، خطاب به نفس خود می گویم: اگر چشمانت را از نگاه بد حفظ نمودی، بزرگترین کرامت را به دست آوردی، سپس قول صاحب «عوارف» را بیاد می‌آورم که خداوند از ما استقامت می‌خواهد و ما در پی کرامت هستیم، با این تدبیر بحمد الله به آسانی می‌توانم نگاهم را حفظ نمایم، آیا این عمل درست است؟ پاسخ: کاملاً درست است، خداوند فهم بیشتر عنایت فرماید.

10- از دیرباز به بیماری نگاه بد مبتلایم، اما بازهم جای شکر است که از زنای چشم و قلب تاکنون محفوظ مانده ام، اما احساس لذت در چنین مواقعی پیش آهنگ همین بیماری است در اثر صحبت با شما تا حد زیادی از این بیماری

---

(1)- همان.

(2)- تدابیر فوق از کتاب «غض البصر» مولانا تهانوی برگرفته شده است.

(3)- تربیة السالك، ص 224، از این تدبیر به بعد از کتاب «تربیة السالك» مولانا تهانوی استفاده شده است، این کتاب در اصل پاسخ‌های مولانا به نامه‌های مریدان خود است.

کاسته شده است، پیش از این نگاه من به هر زنی حتی به اضعای نهانی حیوانات نیز دوخته می‌شد، اکنون بحمد لله نگاه خود را چنین مواقعی فوراً پایین می‌اندازم، منتهی تصور همسر خود و گاه تصور عمل مقاربت در ذهن تداعی می‌شود، اما با این تصور که او همسر حلال من است، برای از بین‌بردن اینگونه تصور تلاش چندانی نمی‌کنم، این عمل مناسب است یا خیر، دعا فرمایید خداوند به جای آن توفیق ذکر و یاد خودش را نصیب فرماید. پاسخ: معالجه این بیماری به جز همت و استحضاء و عذاب الهی امکان‌پذیر نیست، تصور همسر اشکالی ندارد، اما زیاده‌روی در آن مانند این است که انسان روغن و چربی زیادی مصرف کند که منجر به نوسان و اختلال در دستگاه گوارشی می‌شود.

11- بنده از دیرباز به یک بیماری دچار هستم و آن این که تلاش دارم زنان زیبا را تماشا کنم، پیش از این بیماری همواره افزایش می‌یافت، اما از هنگامی که با جناب‌عالی ایجاد رابطه نموده ام، از شدت آن کاسته شده است، ولی بازهم احیاناً نفس یورش می‌برد، اما بلافاصله چشم‌ها را پایین می‌اندازم، گاهی چنین خواهشی در قلب خطور می‌کند که زنان زیبا من را ببینند، بدین جهت مواضع تجمع زنان را دوست دارم و از راهی می‌روم که زنان بکثرت عبور و مرور داشته باشند تا به من نگاه کنند. پاسخ: معالجه عمل اختیاری بدون همت و استقامت مداوم امکان‌پذیر نیست، بهتر است بر نفس خود جریمه تعیین کنید، مثلاً در ازای هر مرتبه صدور عمل صد رکعت نماز نفلی انجام دهید.

13- سؤال: اصل بیماری بسیار اندک گاه اتفاقاً چشم من به زنی می‌افتد، جهت تدارک آن در اوقات دیگر فرصت ندارم، پس از نماز مغرب 6 رکعت به عنوان کفاره می‌خوانم. پاسخ: این عمل اثرات چندانی ندارد، نمازهای کفاره باید علاوه بر نفل‌های دائمی باشند، زیرا از این نفل‌های عادی نفس تنبیه نمی‌شود، چون نفس فکر می‌کند که این نمازها همیشه انجام می‌گیرد، نگاه بد باشد یا نباشد، گذشته از این نفس فکر می‌کند که این نمازها کفاره این عمل بد می‌شوند، پس چرا از آن بپرهیزم، ولی هرگاه نمازهای مستقلی جهت تدارک و کفاره خوانده شود، آنگاه بر نفس سنگین تمام می‌شود و بالأخره ترک عادت می‌کند.

14- هرگاه نگاه من به زنی می‌افتد بلافاصله چشم‌ها را پایین آورده و از آنجا می‌روم و استغفار می‌کنم، ولی بازهم خیالات هجوم می‌آورند، بسا اوقات لحظاتی در نگریستن درنگ می‌شود، ولی به محض این که متوجه می‌شوم، نگاهم را منحرف نموده و توبه می‌کنم، بسیار ناراحت می‌شوم، استغفار می‌کنم، ولی بازهم قلبم مطمئن نمی‌شود، احساس می‌کنم که هنوز هم قلبم بی‌آلایش نیست، زیرا از استغفار باید قلب کاملاً مطمئن باشد. پاسخ: به وسیلۀ استغفار قلب انسان به زودی صاف و شفاف نمی‌شود، بلکه با کنترل و حفاظت نگاه برای چند مرتبه صفای کامل حاصل می‌شود ولی همت بلندی می‌خواهم.

18- برای این که از بدنگاه مصون بمانم، بیشتر اوقات را در خارج از روستا سپری می‌کنم، در این مدت جماعت نماز ظهر و عصر از من فوت می‌شود، چون تالابی که عموم مردم از آن آب می‌برند در مقابل مسجد قرار دارد، در همین اوقات زنان بیشتر مراجعه می‌کنند، بدین خاطر بنده در این دو وقت به مسجد نمی‌روم، تا مبادا در فتنه‌ای مبتلا شوم، اما ترک جماعت نیز رنج می‌دهد، امیدواریم تدبیری ارائه فرمایید. پاسخ: طبق این شرایط جماعت مؤکد نمی‌باشد.

10- سؤال: شما در پاسخ گزارش بنده در مورد معالجۀ بدنگاهی فرمودید: این عمل یا اختیاری است و یا غیر اختیاری، در صورت دوم چرا خداوند که به حفظ نگاه امر فرموده است، و اگر اختیاری است، پس معالجۀ آن به جز استفاده از اختیار تدبیر دیگری وجود ندارد، بنده با این که می‌دانم عمل اختیاری است بازهم همت استفاده بهینه از این اختیار را ندارم، همت ضعیف است، برای آن چه تدبیری اتخاذ شود؟ پاسخ: نیروی همت از طریق استفاده افزایش می‌یابد، اما در استفاده نیازی به نیروی آن نیست، نیاز به وجود همت است، اگرچه با تحمل مشکلات هم باشد، استعداد یک دانش‌آموز با مطالعه و مباحثه علمی افزایش می‌یابد، اگر او منتظر استعداد و صلاحیت باشد تا به مطالعه بپردازد، قطعاً نتیجه اش محرومیت است، لذا باید با تکلف از اختیار خود استفاده نماید، بنده از این پرسش شما ناراحت شدم، زیرا در یک امر بین و آشکار اظهار شک و تردید می‌شود، بنده نمی‌توانم اینگونه رنج‌ها را متحمل بشوم، خواهشمندم مراسلات را

پایان دهید، آن ذاتی که به حفظ نگاه امر فرموده است در روز رستاخیز نیز جواب این سؤال‌ها را خواهد داد، چه عمل و چه قومی.

21- با توجه زنان غربی و (غرب‌زده) معالجه‌ای در مورد بیماری چشم‌چرانی در ذهنم خطور کرد، و آن این که خداوند در قرآنکریم حوران بهشتی را با ویژگی‌های زیادی ستوده است. «حوران بهشتی در قصرها نشسته اند، چشمان‌شان با عفت و پاك است، هیچ انسان یا جنی به آنها دست نزده است، زنان پاك و نظیف و از آلودگی‌های بدنی پیراسته اند، گویی مرواریدهایی از یاقوت و مرجان هستند، ولی زنان خیابانی نگاه‌شان ناپاك و عفت‌شان آلوده است، هرروز با یک مرد آشنا می‌شوند، پس چرا به آنها شیفته و فریفته باشیم و حوران بهشتی را از دست بدهیم، خداوند در صورتی که ما در دنیا زندگی با عفتی داشته باشیم حوران بهشتی را به ما عنایت خواهد کرد، اگر همواره این تصور را در ذهن داشته باشیم، و به ذکر و استغفار نیز ادامه دهیم، إن شاء الله از بدنگاهی مصون و محفوظ خواهیم ماند، این تدابیر إن شاء الله برای معالجهٔ بیماری کافی خواهند بود، خداوند همت و توفیق روزافزون عنایت فرماید، نگاه‌ها را پاك و قلب‌ها را صاف و شفاف نماید. با این حال می‌توانید علاج اساسی و واقعی را در پرتو رهنمودهای بزرگان بیابید، زیرا آنها طبیب روحانی هستند، تجویز آنها سودمندتر خواهد بود.

بخش یازدهم

در این بخش از کتاب 33 مورد از جـوایز و پـاداش‌هـایی کـه در ازای حفـظ نگاه و رعایت عفت به مسلمانان تعلق می‌گیرد، بیان می‌شود:

1- لذت و حلاوت طاعت: **عَنْ أَبِي أُمَامَةَ عَنِ النَّبِيِّ ρ قَالَ: «مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَنْظُرُ إِلَى مَحَاسِنِ امْرَأَةٍ أَوَّلَ مَرَّةٍ ثُمَّ يَغُضُّ بَصَرَهُ إِلاَّ أَحْدَثَ اللَّهُ لَهُ عِبَادَةً يَجِدُ حَلاَوَتَهَا»**[1].

ترجمه: هر مسلمانی که نگاهش به زیبای‌هایی زن نامحرم بیفتد، و او نگاه خود را پایین بیندازد خداوند او را به یک عبادتی توفیق می‌دهد که حلاوتش را احساس می‌کند. تذکر: ملا علی قاری فرموده است: هدف از نگاه اول همان نگاه اتفاقی و غیر اختیاری است، وگرنه اگر کسی برای اولین بار با قصد و اراده بنگرد، از این پاداش قطعاً محروم خواهد شد، این غض بصر اشاره است به آیاتی که در این مورد نازل شده است: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّواْ مِنْ أَبْصَـٰرِهِمْ وَيَحْفَظُواْ فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ﴾ «النور/30»راستی لذت حلاوت ارتباط با الله چه نعمت عظیم و چه پاداش بزرگی است، به راستی که این نعمت از کالاهای دنیا و آخرت باارزش‌تر است، و آن هم در ازای یک عمل بسیار ساده و آسان. مولانا رومی در مثنوی فرموده است:

نیم جان بستاند و صد جـان دهـد
آنچـه در وهمـت نیایـد آن دهـد
نی همین ملک جهـان دون دهـد
بلکه صدها ملک گوناگون دهـد

گفته اند: مالک بن دینار در مسیر راه با یک کنیزی که بـا خدمتگـذاران خـود عبور می‌کرد برخورد نمود، ایشان فرمودند: ایـن کنیـز را در عـوض چهـار درهـم می‌توانم بخرم، زن گمان کرد شاید دیوانه است او را پیش مالک خود ببـرم تـا او را تماشا کند، گفت: آیا دوست داری با من بیـایی پـیش مالـک مـن، چـون آنجـا رسید وحرفش را تکرار نمود، آقای کنیز هم او را دیوانه تصور کرد، گفت: شـما

(1)- به روایت طبرانی و احمد به نقل از مرقات.

این را به چهار درهم می‌خرید در حالی که من او را به یک قیمت گرانی خریـده ام، ایشـان فرمودنـد: جـنس معیـوب بایـد ارزان باشـد، آقـا گفـت: کنیـز مـن چـه عیب‌هایی دارد؟ فرمـود: ایـن زن همیشـه ادرار و مـدفوع از زیـر شـکمش خـارج می‌شود، اگر تا یک ماه دندان‌هـایش را نشـوید، بـدبو و مـتعفن مـی‌شـوند و شـما نمی توانید به او نزدیک شـوید، اگـر تـا یـک مـاه استحمام نکنـد در اثـر بـدبویی نمـی‌توانیـد نزدیـک او شـوید، اگـر تـا یـک مـاه اسـتحمام نکنـد در اثـر بـدبویی نمی‌توانید نزدیک او بروید، هرگاه پیر و فرسوده می‌شود، همه کرشم‌های جـوانی از بین خواهد رفت، سپس در خاک مـی‌رود آنجـا بـدبو و مـتعفن مـی‌شـود، آقـا گفت: آیا شما چنین زنی دارید که از این عیوب پاک باشد؟ فرمود: بله! حوران ما در بهشت از سایر عیب‌ها پاک و مبرایند، آنها از ادرار و غیـره پاکنـد، خوشـبویی عرق‌شان از سایر عیب‌ها پاک و مبراینـد، آنهـا از ادرار و غیـره پاکنـد خوشـبویی عرق‌شان از مشک بالاتر است، آنها نه پیر می‌شوند و نه خواهند مرد، آنها همیشـه دوشـیزه هسـتند و در انتظـار مـا نشسـته انـد، آنهـا بـه مـردان دیگـر هیچگـاه نگـاه نمی‌کنند.

این حکایت در واقع درس‌های بسیار آموزنده‌ای به ما نشـان مـی‌دهـد، مولانـا رومی راجع به بی‌اعتمادی زیبایی و جمال موقت دینوی چه خوش گفته است:

زلف جعد و مشـکبار و عقـل بـر
آخـــر اودم زشـــت پیـــر خـــر

زلف‌های سیاهی که امروزه شما را به دیوانگی می‌کشد، زمان پیری به دم خـر پیر می‌ماند، کوتاه سخن این که در ازای حفاظت نگاه حلاوت و لذت در طاعـت و حوران بهشتی در آخرت و از همه بزرگتر دیدار الهی نصیب خواهد شد.

2- قـرب حـق: در یـک حـدیث قدسـی وارد شـده اسـت: «**أنَا عِنْد المنْكَسِرَة قُلُوبُهُم**» خداوند منان می‌فرماید: من بـه شکسـته‌دلان نزدیکتـر هسـتم، و ایـن هـم مسلم است که در اثر حفظ نگاه قلب انسان به آرمان‌هایش دست نیافته و پژمرده و شکسته می‌شود، از این رو طبق حدیث مزبور قرب خداوند به وی نصیب خواهـد شد که شاید با هزاران نمازهای نافله و ذکر و اوراد نصیب نشود.

3- شهادت معنوی: انسان مؤمن در اثر حفظ نگاه به شهادت معنوی نایل می‌گردد، مولانا تهانوی در تفسیر «بیان القرآن» در رابطه با شهادت و شهداء فرموده است: از اشاره برخی احادیث چنین برمی‌آید که بعضی از اولیاء الله در فضیلت شهادت نیز سهمی دارند، لذا مجاهدت‌هایی که موجب مردن نفس می‌شود، نیز یک شهادت معنوی تلقی می‌شود.

4- سرعت در مسیر الهی: انسان در زمان حزن و ناراحتی مسیر قرب الهی را چنان به سرعت می‌پیماید که در غیر اینصورت نمی‌تواند چنانکه علامه تهانوی به نقل از ابوعلی دقاق فرموده اند: انسان زمانی که با وجود خواهش نفس نگاهش را پیوسته حفظ می‌کند، نفسش را بسیار ناراحت و غمگین می‌شود و در نتیجه آن طریق سلوک به سرعت طی خواهد شد.

5- پرپرشدن قلب: زمانی که خداوند بر کوه طور تجلی فرمود آن کوه ریزه ریزه شد، عارف رویم آن را چنین تعبیر نموده است:

بر برون کوه چوز دنور صمد

پاره شد تا درونش هم زند

یعنی: کوه طور درونش را باز نموده تا همه اجزای درونی آن نیز از تجلی الهی بهره‌مند شوند، پس هرگاه مسلمان نگاهش را از زنان اجنبی و بچه‌های حسین حفظ می‌کند و قلب را نیز از تصور آنها مصون می‌دارد، این قلب از شدت مجاهدت‌ها پرپر می‌شود تا این که نور الهی در اعماق آن تجلی می‌کند و به مقام قرب الهی دست می‌یابد.

6- شهادت باطنی: شهادت ظاهری فقط یک بار حاصل می‌شود، ولی در مجاهدت‌ها باید عمری را سپری نمود، بدین جهت پیامبر اکرم جهاد با کفار را جهاد اصغر و جهاد با نفس را جهاد اکبر نامیدند، در جهاد اصغر هر مسلمانی که خونش در راه الله تعالی ریخته می‌شود همه مردم آن را مشاهده می‌کنند، ولی شمشیر دستورات الهی که همواره بر گردن یک مسلمان نهاده شده و نفس او را می‌کشد، هیچ کسی غیر از خداوند علیم و خبیر آن خون‌های ریخته‌شده را نمی‌بیند، زمانی که زنی زیبا از کنار تو می‌گذرد و تو به خاطر این که به خدا

عشق ورزیده‌ای با وجود تقاضای نفس چشمانت را پایین می‌اندازی، این عمل شاید در تمام عمر از مردم پوشیده بماند، اما در علم الهی بایگانی شده است، او می‌بیند که بنده اش به خاطر رضای او تمام عمر خون دل نوشیده است، زخم‌های قلبت در محضر الهی از خورشید هم واضح‌تر خواهد بود.

7- دلشکستگی: کسی که همواره نگاهش را از چشم‌چرانی باز داشته است او در طول زندگی دل‌شکسته و غمزده است و با این قلب به دعا و مناجات می‌پردازد، در این دعاها لذت ویژه و اثرات خاصی وجود دارد و نیایش او با سوز و گداز خاصی به بارگاه احدیث می‌رسد و تمامی حجاب‌ها درهم می‌زند.

آتش‌کده است باطن سعدی ز سوز عشق

سوزی که در دلست در اشعار بنگرید

8- نرمش قلب: در اثر مجاهدات پی در پی قلب انسان نرم می‌شود، و اینگونه قلب‌ها صلاحیت بیشتری برای تقبل نور هدایت پیدا می‌کنند، مولانا رومی در این مورد فرموده است:

ور به عقل ادراک دین ممکن بودی

قهر نفس از بهر چه واجب شدی

آیهٔ مبارکهٔ ذیل نیز همین مطلب را دنبال می‌کند:

﴿وَٱلَّذِينَ جَٰهَدُواْ فِينَا لَنَهۡدِيَنَّهُمۡ سُبُلَنَا﴾«العنکبوت -69»

ترجمه: «کسانی که در راه ما مجاهدت می‌کنند آنها را به راه‌های سعادت هدایت می‌کنیم».

10- نور تقوی: نور تقوی از مقاومت در برابر تقاضای نفس و غرایز در قلب انسان درخشان می‌شود، و تقوی عملی است که انسان را به بهشت واصل می‌کند،

﴿وَأَمَّا مَنۡ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفۡسَ عَنِ ٱلۡهَوَىٰ ۝٤٠ فَإِنَّ ٱلۡجَنَّةَ هِيَ ٱلۡمَأۡوَىٰ ۝٤١﴾ «النازعات/40-41» ترجمه: «کسی که نفسش را از خواه‌شان باز داشته و از خداوند می‌ترسد، همانا بهشت برین جایگاه اوست».

مولانا رومی در این مورد فرموده است:

شهوت دنیا مثال گلخن است
که از او حمام تقوی روشن است

یعنی: خواهشات نفسی و غرایز جنسی همچون زغال و هیزم‌هایی است که برای گرم‌نمودن آب حمام افروخته می‌شود، لذا به وسیلۀ سوختن این خواهش‌ها در تقوی حرارت و نور پیدا می‌شود، اگر طبق خواهش‌های نفس عمل شود، این کار مترادف است با خوردن زغال و هیزم، در حالی که زغال و هیزم خوردنی نیستند، سوختنی می‌باشند.

11- چشم‌چرانی: در اثر چشم‌چرانی چشم‌ها بی‌رونق و پژمرده به نظر می‌آیند، چنانکه واقعۀ حضرت عثمان را با آن شخصی که چشمش به زنی افتاده بود و در محضر عثمان حضور یافت، متذکر شدیم، همچنان در چشمان یک فرد متقی و با عفت نور و رونق می‌درخشد.

12- حفاظت نگاه: در اثر حفاظت نگاه و رعایت تقوی نیروی درونی و معنوی خاصی در انسان به وجود می‌آید، مولانا تهانوی فرموده است، اگر یک فرد متقی و پرهیزگار کامل در خلوت نشسته باشد، و یک زن بی‌عفت بخواهد به زور چشمان او را باز کند و خود را به او نشان دهد، او می‌تواند بینایی چشمش را کنترل نماید، شاید یک صورتی نازیبا در نظرش مجسم شود، اما زیبایی و جمالش را نمی‌بیند، درست مانند کسی که در وسط چهار راه ریسمان به گردنش داده اند تا به دار بیاویزند او تمامی اشیای دنیا را می‌بیند، اما بسیار بی‌رونق.

13- ولایت خاصه: شاه ولی الله دهلوی فرموده است: در عوض صبر و شکیبایی بر نگاه بد و خواهش‌های جنسی ولایت خاصه نصیب می‌شود، بدین جهت کسی که به علت بیماری غریزۀ جنسی ندارد نمی‌تواند از ولایت عامه فراتر قدم بگذارد، چون او با مشکلات و مجاهدت‌ها دچار نمی‌شود.

پیامبر اکرم ρ صحابۀ کرام را از اخته‌کردن منع فرمودند، چون این تدبیر برای نجات از گناه جایز نیست، 7 مردانگی آنست که با نفس شیطان مقابله و در مقابل حملات آن دو مقاومت نشان داده شود. مولانا رومی فرموده است:

خلــق اطفالنــد جــز مســت خــدا
نیســت بــالغ جــز رهیــده از هــوی
تا هوی تازه است ایمان تـازه نیسـت
کین هوی جز قفل آن دروازه نیست

14- افزایش نور: انسان وقتی که بارها نگاهش را از چشم‌چرانی باز مـی‌دارد، نفسش به همان اندازه نور افزایش می‌یابد، مولانا تهانوی فرموده است: زمـانی کـه جسم انسان در راه خدا خسته می‌شود، در قلب نور ایجاد می‌شـود. حکـیم محمـد اختر فرموده اند: هراندازه توپ را بر زمین با نیروی بیشتری بزنید همانقـدر بلنـدتر می‌پرد. تقاضاهای نفس نیز هراندازه با نیروی قوی‌تـری زیرپـا شـود، همانقـدر بـه مقام‌های بلندتر می‌رسد و قرب الهی را به دست می‌آورد[1].

15- سعادت دنیا و قیامت: توفیق به اتباع احکام الهی نصیب می‌شـود، بـدیهی است سعادت دنیـا و آخـرت در عـوض اطاعـت از اوامـر و احکـام الهـی حاصـل می‌شود.

16- تقویت روح: حفظ نگاه سبب تقویـت روح و سـرور و خوشـحالی قلـب می‌شود، همانگونه که آزادگذاشتن نگاه قلب را ضعیف و ناراحتی آن را افـزایش می‌دهد.

17- انس با خدا: انس به خدا نیز در نتیجه رعایـت عفـت و حفاظـت نگـاه بـه وجود می‌آید، همانگونه که آزادگذاشتن آن سبب وحشت و دلهره می‌شود.

18- فراست صادقانه: فراست صادقانه حاصل می‌شود چنانکه بزرگان فرمـوده اند: هرکس ظاهرش را با اتباع سنت آراسته نماید، باطنش را مراقبه مشـغول دارد، نگاهش را حفظ نماید، نفسش را از شهوت‌ها محفوظ نماید و خود را به خـوردن حلال عادی نماید، فراست و بصیرت درونـی ایـن شـخص هرگـز اشـتباه نخواهـد کرد.

(1)- بیماری‌های روحی و علاج آنها، ص 58 – 72.

19- شجاعت: کسی که بر غرایز جنسی و خواهش‌های نفسانی خود تسلط داشته باشد، شجاعت به او نصیب می‌شود، خداوند به این شخص بصیرت کامل نصیب خواهد کرد، در برخی از آثار آمده است: «**أَنَّ الَّذِي يُخَالِفُ هَوَاهُ يَفْرَقُ الشَّيْطَانُ مِنْ ظِلِّهِ**» ترجمه: کسی که بر هوای نفسانی تسلط داشته باشد شیطان از سایه او می‌هراسد.

20- آزادی قلب: قلب این شخص از بند شهوت آزاد خواهد شد.

21- بسته‌شدن دروازه جهنم: یکی از دروازه‌های جهنم بسته می‌شود.

22- جلوگیری از نفوذ شیطان: کسی که از نگاه بد محفوظ بماند، شیطان نمی‌تواند بر او تسلط داشته باشد و در قلب و عروق او نفوذ نماید، و در غیر اینصورت در اعماق قلب انسان نفوذ خواهد کرد.

23- فراغت: این شخص می‌تواند برای مصالح دینی و دنیوی خود فراغت حاصل کند، زیرا نگاه بد انسان را از ذکر الهی غافل خواهد کرد: ﴿وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُۥ عَن ذِكْرِنَا وَٱتَّبَعَ هَوَىٰهُ وَكَانَ أَمْرُهُۥ فُرُطًا ۝٢٨﴾ «الکهف/28»

ترجمه: «از کسی که خداوند قلبش غافل نموده و او از خواهشات نفس خود پیروی می‌کند و کارش از کار در رفته اطاعت مکن».

24- مهریه حوران بهشت: حفظ نگاه مهریه حوران بهشت است.

25- لذت‌بخشیدن به معاشرت‌ها: حفظ نگاه حسن معاشرت را برای هردو همسر لذیذ و خوشگوار می‌کند، ولی کسی که به بدنگاهی عادت کرده است، صرفاً از چشم‌چرانی به زنان دیگر لذت می‌برد.

ألم تر أن العين للقلب رائد
فما تألف العينان فالقلب ألف

چشم‌ها نماینده قلب است هرآنچه را چشم بپسندد قلب نیز می‌پسندد.

26- سرور جسمی: حفاظت نظر سبب سرور در جسم و به ویژه در چشم می‌باشد، همانگونه که بدنگاهی جسم چشمان را مضمحل و ضعیف می‌گرداند.

27- توفیق علمی: انسان با عفت و با تقوی به علم توفیق خواهد یافت، چنانکه امام شافعی فرموده است:

شكوت إلي وكيع سوء حفظي
فأوصاني إلى ترك المعاصي
فإن العلم فضل من إله
وفضل الله لا يؤتي لعاص

ترجمه: به استاد محترم وکیع از ضعف حافظه شکایت نمودم، ایشان به ترک معاصی توصیه نمودند، زیرا علم یک فضلی است از سوی خدا و فضل الهی به شخص گنهکار تعلق نمی‌گیرد[1].

28- بی‌بوشدن لباس‌ها: در اثر حفاظت از بدنگاهی لباس‌ها بوی نمی‌گیرد، حتی شاید خوشبویی نیز ایجاد شود..

29- وسعت و برکت در مال و فرزندان: در اثر حفظ نگاه در رزق انسان وسعت و در اولاد برکت حاصل می‌شود، و در اثر بدنگاهی رزق تنگ و در اولاد بی‌برکتی به وجود می‌آید.

30- تقویت نسبت: در اثر حفاظت نظر نسبت صاحب نسبت قوت می‌گیرد و در صورت ابتلاء به این بیماری همان نسبت قبلی نیز زایل خواهد شد.

31- توفیق عبادت: در اثر حفاظت نظر توفیق عبادت‌های جدیدی حاصل شده و در اثر بدنگاهی توفیق عبادت‌های قبلی نیز سلب می‌شود و این خود یک مصیبت بزرگی است، زیرا هدف خلقت انسان فقط در عبادت الهی خلاصه می‌شود: ﴿وَمَا خَلَقۡتُ ٱلۡجِنَّ وَٱلۡإِنسَ إِلَّا لِيَعۡبُدُونِ ٥٦﴾ «الذاریات/56» (و جن و انس را جز برای اینکه مرا بپرستند نیافریدیم). بدیهی است رعایت عفت و حفاظت نگاه یک عامل بزرگ در ایجاد معرفت و ارتباط با الله است، خداوند به فضل خود همه ما را از این بیماری مهلک نجات داده و معرفت و شناخت خود را نصیب بگرداند و ما را از معرفت و رضای خود نصیبی وافر عطاء فرماید.

32- مولانا رومی فرموده است:

نیم جان بستاند و صد جان دهد
آنچه در وهمت نیاید آن دهد

---

(1)- فوائد غض البصر: اثر ابوحذیفه.

خداوند از انسان در مجاهدت‌ها نیم جان می‌گیرد و در عوض آن صد جان به او می‌بخشد، از آن هم فراتر نعمت‌هایی می‌بخشد که در وهم و خیال انسان هم خطور نکرده است.

نی همه ملک جهان دون دهد
بلکه صدها ملک گوناگون دهد

نه تنها نعمت‌ها و سامان‌ها مادی دنیا می‌بخشد، بلکه ده‌ها نعمت معنوی می‌بخشد، فقط شرط اینست که طبق رضای او زندگی کنیم و رضای نفس خود را در رضای او قربان کنیم.

33- هر مسلمانی که با حفاظت چشم خود به آرزوهای قلب خود پشت پا می‌زند، خداوند در عوض این مجاهدت‌ها قلبش را با محبت خود و مملو می‌فرماید، و در کلام و سخن او نیز تأثیر می‌گذارد که به وسیله او قلب‌های دیگران نیز به سوی الله متوجه می‌شود، خاصهٔ آن جوانی که در آغاز جوانی و نوباوگی خود کمر به اطاعت فرامین الهی بسته و جوانی خود را فدای دستورات الهی بنماید. بنابراین، قربانی‌کردن خواهش نفس وقتی که خلاف دستور شریعت باشد و مقاومت در مقابل یورش خواهش‌های آن چنان جهاد بزرگی است که مسلمان باید در تمام عمر با آن دست و پنجه نرم کند، ولی در عوض این جهاد بزرگ چنان قلب پرحرارت بوی عطا می‌شود که نسیم آن مشاع او را معطر می‌کند، حتی کسانی که با او همنشین می‌شوند، محبت و عشق الهی را در مجلس او احساس می‌کنند.

شاه ولی الله دهلوی فرمود: من در سینه خود قلبی دارم دردمند که مرواریدهای محبت الهی در آن ریخته شده است، با این قلب سرشار از محبت الهی کیست در زیر آسمان کبود و بر روی این زمین خاکی که ریاستش از ریاست من وسیع‌تر باشد؟!